

sale & pepe

SALEPEPE.IT

MARZO 2021 - € 3,90

RIGATONI CON RAGÙ
DI TRE CARNI

pag. 44

Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art. 1,
comma 1, DCB Verona - Anno 33 - Mensile - P1 (Conti)
€ 7,50 - Lux, Belgio, Francia, MC, Côte d'Azur
€ 9,00 - Svizzera CHF 9,00 - Svizzera C.T. CHF 8,50 -
Germania € 10,00 - USA \$ 15,00

Stile Italia Edizioni

Tempi di recupero

L'arte di utilizzare
tutto, per una cucina
golosa e sostenibile

Senatore Cappelli

Un pregiato grano
antico da spendere in
ghiotti piatti di pasta

La riscoperta dei topinambur

Aromatici e versatili,
sorprendono in ricette
quotidiane e chic

Mescola e versa

Due gesti semplici
per i più buoni
tra i dolci casalinghi

12103



9 770394 750030

IN EDICOLA IL 23 FEBBRAIO 2021



AZIENDA[®]
OLEARIA
DEL CHIANTI^{SRL}

*Le cose che amiamo si custodiscono
e poi si tramandano*

oleariadelchianti.com



Qui accanto, da destra a sinistra: un'immagine tratta dal servizio "Weekend in campagna" (a pagina 40); pollo e scalogni all'aceto (ricetta a pagina 59); ciambella al timo con glassa agli agrumi (ricetta a pagina 89)



Sommario

marzo

7 Storie di cucina

Passione per l'uvetta

...e per il pan tramvai, un cibo nutriente che confortava gli operai in viaggio verso Milano

10 Tema del mese

Tempi di recupero

Gambi, foglie, bucce, grasso: se ben utilizzati posso diventare protagonisti di ricette gourmand

22 Jeunes Restaurateurs

Luca Bazzano

È l'erede di una lunga storia culinaria a cui rende omaggio con ispirazioni liguri e piemontesi

28 Sapori e saperi

Senatore Cappelli: grano nobile

Il sapore e il profumo intensi e le virtù salutari ne fanno la qualità italiana più pregiata, tutta da riscoprire

40 Living

Weekend in campagna

Piccoli sfizi e rustiche bontà per celebrare con la famiglia la voglia di stare all'aperto

52 Bontà di stagione

Deglassare è un'arte

I succhi e gli zuccheri caramellizzati in cottura possono trasformarsi in salse irresistibili

60 Scelti da Sale&Pepe

La cucina del bosco

La grande selvaggina come scelta ambientale, gustosa e salutare

66 Tappe del gusto

Legumi dei Monti Sibillini

Fagioli giganti, ceci quercia, roveja: le antiche varietà di questo territorio

72 Ricetta gourmet

Risotto alla milanese

Il sobrio piatto meneghino fa faville con ingredienti di qualità

76 Luoghi eccellenti

Ciociaria, terra dei pastori

Casari, allevatori e maestri dell'arte bianca regalano sapori d'altri tempi

86 Dolce vita

Mescola e versa

Semplici ingredienti da amalgamare, versare nello stampo e infornare

98 Ispirazioni

Cioccolato

In mousse, bavaresi, torte e cioccolata è sempre irresistibile

102 Enoteca

Amarone

Un vino elegante e longevo, maturato in botti di rovere

108 Ispirazioni

Topinambur

La sua seconda vita come interprete di piatti sopraffini

118 Tecniche

Salse di frutta secca

Di pinoli, mandorle o pistacchi, accompagnano la cucina salata

RUBRICHE

27 Food Style Lovers

Lo sai perché?

Novità e tendenze on e off line

37 Pianeta extravergine

Olio Chianti classico

Da provare e valorizzare

51 Se il cibo cambia la terra

Biodiversità creativa

Buone azioni per vivere meglio

82 Utile e dilettevole

Irrinunciabile pelapatate

Storie di oggetti in cucina

97 Buone letture

Storia e storie di cucina

Scelte con passione per essere divorate

115 Made in Italy

Canestrato pugliese

Conoscere e gustare le eccellenze





HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO

CESARE BATTISTI
FONDATORE DEL RISTORANTE RATANÀ NONCHÉ AUTORE DEL LIBRO *CUCINA MILANESE CONTEMPORANEA* (GUIDO TOMMASO ED.) CI HA RIVELATO I SUOI SEGRETI PER IL RISOTTO ALLA MILANESE E I PRODOTTI CHE UTILIZZA PER PREPARARLO, FRUTTO DI UN'APPASSIONATA RICERCA SUL TERRITORIO LOMBARDO. TROVATE TUTTO A PAGINA 72

CARLO CATANI
IDEATORE DELL'ASSOCIAZIONE *TEMPI DI RECUPERO* (TEMPIDIRECUPERO.IT), È STATO DIRETTORE DELL'UNIVERSITÀ DI SCIENZE GASTRONOMICHE DI POLLENZO ED È ORGANIZZATORE DI EVENTI CULTURALI LEGATI AL MONDO DELLA CUCINA. FIRMA PER NOI L'ARTICOLO A PAGINA 10

LUCA BAZZANO
È LO CHEF JRE CHE ABBIAMO INCONTRATO QUESTO MESE: TITOLARE DEL RISTORANTE QUINTILIO DI ALTARE, IN PROVINCIA DI SAVONA, È UN CREATIVO INTERPRETE DEI PRODOTTI E DELLE TRADIZIONI LIGURI E PIEMONTESE OLTRE CHE EREDE DI UNA BELLA STORIA DI FAMIGLIA. VE LO RACCONTIAMO A PAGINA 22

indice delle ricette

MARZO 2021

Antipasti, pizze, focacce e torte salate

Crespelle ciociare	80
Crostata ai funghi	48
Farecchiata di roveja con salsa all'aglio e acciughe	70
Focaccia al grasso di prosciutto con bucce fritte	16
Pan tramvai	8
Pizza di pane secco e sauté di foglie miste di cavoli e rape	16
Rillette d'anatra	46
Torta salata ai topinambur con scamorza	109
Tortino di carciofi	38

Primi e piatti unici

Caserecce al grano saraceno con ragù di daino e speck croccante	63
Fusilli alla crema di rucola e ricotta con zucchine	34
Fusilli cremosi con topinambur e nocciole	111
Linguine al pesto di pistacchi con gamberi	33
Minestra revotata	80
Orecchiette baresi con fonduta di canestrato	116
Penne con cicoria, pancetta e olive	35
Plin di borragine ripieni allo stoccafisso in burrida	24
Rigatoni con ragù di tre carni	46
Risotto ai gambi di carciofi con brodo di scarti	20
Risotto all'amarone e grana padano	106
Risotto alla milanese	74
Risotto con topinambur, burro al limone e nocciole	112
Spaghetti alla carbonara di carciofi	31
Tortiglioni con ragù di coniglio e asparagi	32
Zuppa contadina	46
Zuppa di cicerchie	70

Secondi

Arrosto di vitello al karkadè	54
Costatine di cervo, patata schiacciata al timo e salsa all'amarone	64
Filetto di bue scottato con salsa di gorgonzola	105
Flan con topinambur, salame e amaretti	112

Garofolato di castrato	80
Involtoni di maiale, speck e lattuga ai lamponi	59
Pollo al miele con le mele	46
Pollo e scalogni all'aceto	59
Rotolone di tacchino con salsa di pistacchi	120
Sgombro alla griglia con salsa romesco	120
Soufflé al taleggio	104
Tranci di pescatrice e finocchi alle olive	59
Trippa di croste di grana padano al pomodoro	16
Uova in camicia con salsa di pinoli	120

Contorni, verdure e salse

Fagioli giganti con cotiche	70
Millefoglie con patate viola e dolci	84
Patate alla pancetta	48
Salsa di pinoli	119
Salsa di pistacchi	119
Salsa romesco	119

Dessert e bevande

Bavarese al fondente	99
Brownies al cioccolato e caffè con briciole di lamponi	94
Cake all'olio con fragole alla vaniglia	91
Ciambella al timo con glassa agli agrumi	89
Cioccolata calda al latte di cocco	101
Clafoutis alla frutta	48
Mango alla salvia con crema chantilly al lime	59
Mousse di cioccolato al forno	99
Muffin alle bucce di banana	20
Plumcake alle mele	48
Salame dolce di cioccolato alle mandorle	101
Skillet cake al cioccolato con caramello al limone	88
Torta ai pistacchi post spremuta d'arancia	20
Torta alla ricotta e ananas	93
Torta al miele e mandorle	92
Torta di pane al cioccolato	100

La babka di gennaio

Nella ricetta della babka, pubblicata sul numero di gennaio di Sale&Pepe a pagina 67, non va aggiunta acqua nell'impasto, come invece è indicato sul giornale. Ce ne scusiamo.

Baciato dal sole, accarezzato dal vento.



Il sole e il vento della nostra terra sono le materie prime della nostra ricetta.

Da loro prende forma, colore e gusto il Basilico Genovese, che coltiviamo nella nostra Azienda Agricola "Serre sul Mare" a Pra' secondo la tradizione contadina e che usiamo per preparare l'autentico pesto genovese.



dal 1827 a Genova Pra'

*Coltiviamo qui,
sulle terrazze della nostra
Azienda Agricola "Serre sul Mare",
il basilico più rinomato della Liguria.*

Visita in nostro SHOP ONLINE

ilpestodipra.com



@ilpestodipra



@IlPestoDiPraGenova

PASTA DI GRANO DURO SENATORE CAPPELLI

Una grande specialità da chi la pasta la coltiva.



Il futuro della tavola italiana ritrova un passato di gusto e benessere.

Cosa rende davvero unica la pasta Le Stagioni d'Italia? La trafilatura al bronzo, la lenta essiccazione, ma soprattutto la straordinaria materia prima: il grano duro Senatore Cappelli. Un'antica varietà di grano tutta italiana, che nasce solo da semi certificati e garantiti nella loro purezza. Una scelta consapevole, che a tavola ti farà sentire un "chicco" più italiano.

 **SIS**
Seme Italiano Senatore
Varietà Cappelli

www.lestagioniditalia.it


**LE
STAGIONI
D'ITALIA**
La grande agricoltura italiana

È un progetto di
BF 
BEST FIELDS, BEST FOOD.



Ho una passione irrefrenabile che vale più del gelato, del panettone, delle lasagne al forno... e si chiama uvetta o uva passa o *ùghetta* come dicono qui a Milano. Una passione nata da bambina quando per Natale mio padre comprava l'uva Malaga, appassita sul graso, nelle numerose botteghe di frutta secca che allora affollavano, a Genova, la zona di Sottoripa. Con gli anni quell'uva passa è diventata introvabile. Così sono passata ad altre varietà: sultanina, Corinto, cilena, di Smirne... Finché un giorno ho trovato in un forno milanese il pan tramvai. Un cibo operaio che affonda le sue radici alla fine dell'800 per terminare la sua fortuna intorno agli anni '50-'60; qui l'uvetta è protagonista nella proporzione di tre parti su una di farina, oppure nelle stesse quantità.

Il nome di questo pane, diffuso da Milano a tutta la Brianza sino al Canton Ticino, è legato a doppio filo con quello della storia dei trasporti milanesi interurbani e con l'entrata in servizio delle tramvie a vapore che collegavano la città con la provincia. Dal 1879 al 1881 vennero inaugurate le tratte che

da Milano portavano verso Sedriano, Magenta e Castano, Gallarate, Abbiategrasso, Giussano, Gorgonzola, Vimercate, Lodi e Pavia. Per un totale di 912 carrozze che andavano a formare i 156 *Gamba de Legn* ossia le tramvie a vapore così soprannominate dai pendolari. Erano molto lente: impiegavano ore per arrivare a destinazione, procedevano a 15 km orari (poi 40 nel 1921) per non spaventare gli

animali ed entravano nei centri urbani a passo d'uomo annunciate da un trombettiere. Un esempio: il tramvai che alle 5 del mattino partiva da Busto Arsizio arrivava alle 10 a Milano. In tante ore gli stimoli della fame si facevano sentire e così interveniva il pan tramvai, croccante ed elastico al tempo stesso, nutriente e zuccherino, venduto alle fermate dei tram o dato come resto. Addirittura, se la tratta da percorrere era breve, si poteva scegliere, vista la scarsità di denaro, tra prendere il tram a stomaco vuoto o procedere a piedi ma con un bel pezzo di pan tramvai. La quantità di uvetta rispetto alla

farina veniva ironicamente paragonata ai tanti pendolari che viaggiavano stretti come l'uvetta nel pane. Nel 1929 comparvero le prime autolinee che presero piede solo dopo la seconda guerra mondiale sostituendo piano piano le vecchie tramvie, sino alla totale soppressione. E il pan tramvai? Stessa sorte. Oggi si trova in pochi forni, anche in versione di vero dolce quindi con lievito madre, uova, burro, zucchero e... anche uvetta, come fanno con tanto di disciplinare molte pasticcerie della provincia di Monza Brianza. Il 7 novembre del 1894 la regina Margherita volle provare il *Gamba de Legn* nella tratta da Monza a Trezzo sull'Adda ma non posso sapere se ebbe occasione di assaggiare il pan tramvai. Forse troppo "operaio" per una regina, ma così buono da provocare dipendenza.

Passione per l'uvetta

E PER IL PAN TRAMVAI.
UN CIBO NUTRIENTE,
CHE TRA '800 E '900
CONFORTAVA GLI
OPERAI IN VIAGGIO
VERSO MILANO

di Laura Maragliano, ritratto
di Gian Marco Folcolini,
foto del piatto di Francesca Moscheni,
in cucina Claudia Compagni

PAN TRAMVAI

ELABORATA
PER 2 FILONI
PREPARAZIONE 30 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 50 MINUTI

500 g di farina 2 + un po' per la lavorazione
– 500 g di uvetta sultanina – 25 g di pasta
madre disidratata con lievito in bustine –
15 g di sale – 10 g di zucchero

1 Mettete a mollo l'uvetta in acqua a temperatura ambiente per 2 ore, in un contenitore alto e stretto, poi lasciatela sgrondare per 2 ore in un colino. Mescolate la farina con il lievito e lo zucchero, quindi impastate il tutto con 3,5 dl di acqua a temperatura ambiente.

A questo punto, unite il sale e lavorate ancora per 4-5 minuti. Spianate la pasta con le mani, copritela con l'uvetta, richiudetela e lavoratela a lungo finché l'uvetta sarà ben distribuita. Trasferite il tutto in una ciotola, coprite con un canovaccio e lasciate lievitare per 3 ore, dando una piega cioè portando la parte liscia e inferiore dell'impasto su quella superiore, ogni 45 minuti.

2 Dividetela in 2 panetti dello stesso peso. Fateli riposare 30 minuti coperti da un telo; date la forma definitiva e fate lievitare ancora 1 ora. Trasferite nella parte bassa del frigo 8-15 ore.

3 Accendete il forno a 250°, mettete sul fondo un pentolino colmo d'acqua, inserite la teglia vuota (o, se l'avete, una pietra refrattaria) a metà altezza e portate in temperatura. Prelevate la teglia, disponetevi i filoni di pan tramvai e infornateli per 20-30 minuti. Poi levate il pentolino, abbassate la temperatura a 220° e proseguite la cottura per altri 30 minuti. Il pane è pronto quando "bussando" con le nocche sulla base emette un suono sordo o vuoto. Fate raffreddare i pani su una gratella.



Il pan tramvai era diffuso anche in Ticino, nella zona di Sottoceneri; nell'Onsernonese era apprezzato il *pan di üghett* anche come sostituto economico del panettone. In quel di Blenio si mangiava lo *sciurin*; nel Mendrisiotto i panini con l'uvetta erano i *cavigiun* o *büsciuloch*.

Autentico

COME LA GIOIA DI CONDIVIDERE



I Formaggi dalla Svizzera sono ideali a ogni ora della giornata, ognuno con un sapore diverso per infinite varianti di gusto. Sono perfetti per condividere i momenti più belli e il piacere del buon cibo genuino.

#AutenticoCome



Svizzera. Naturalmente.

Formaggi dalla Svizzera.
www.formaggisvizzeri.it



re



TEMPI DI CUPERO

GAMBI, FOGLIE BUCCE,
GRASSO... CHI HA DETTO CHE
GLI SCARTI SONO DA BUTTARE?
SE BEN UTILIZZATI, DIVENTANO
PROTAGONISTI DI RICETTE
GOURMAND. NEL SEGNO
DELLA TRADIZIONE

a cura di Alessandro Gnocchi, testo di Carlo Catani
ricette di Antonella Pavanello, foto di Francesca Moscheni,
styling di Table Top Milano

Le buone pratiche in cucina e il recupero degli avanzi fanno parte del patrimonio gastronomico di ogni comunità. Gli usi che ora definiamo “sostenibili” hanno una tradizione popolare, fatta di cibi semplici, locali e stagionali, in cui ogni singola materia prima veniva valorizzata

nella sua interezza. L'arte della cucina doveva ottenere il meglio da ogni ingrediente, e spesso si mescolava con quella dell'arrangiarsi.

Le cose sono cambiate con il boom degli Anni '50 del secolo scorso. L'impennata di consumo di beni alimentari, la diffusione capillare del frigorifero, la diminuzione del tempo casalingo dedicato alla cucina, ci hanno abituati a buttare ciò che avanza e ad acquistare solo alcune parti degli alimenti (ad esempio, tagli come filetto, girello e costata per la carne). Questo processo ci ha portato a consumare solo il 65% del cibo prodotto e a constatare che il settore alimentare è responsabile del 25% delle emissioni di gas serra. Per fortuna le nonne ci hanno tramandato buone abitudini che dobbiamo riprendere. In effetti, l'idea del recupero in

cucina parte dal recupero della tradizione e della memoria, dalla consapevolezza che cibo significa identità. Solo così si comprende il lavoro degli chef che si ispirano alla cultura del loro territorio. Luigi Lepore, per esempio, nel suo ristorante di Lamezia Terme, in provincia di Catanzaro, serve un eccellente filetto di pecora; però, siccome acquista l'intero animale, utilizza parti come lo stinco, la spalla e la coscia per preparare il ragù in cui usa anche il grasso della pecora, una vera riserva di gusto che impreziosisce il condimento.



Attenzione alle materie prime

Ma questo patrimonio non deve essere appannaggio dei soli addetti ai lavori. Con alcune semplici attenzioni, può diventare una pratica quotidiana anche nelle nostre cucine. Il primo passo da compiere è la salvaguardia dell'integrità delle materie prime. Si tratta di un elemento fondamentale del recupero che deve portarci a eliminare l'abitudine a utilizzare solo una parte dei cibi. Insomma, dobbiamo prestare attenzione non soltanto ai filetti di carne e pesce o solo alla polpa della frutta e alle foglie della verdura. Tutte le componenti di un alimento hanno le stesse potenzialità, e una volta appreso come trattarle, ci si potrà sbizzarrire nel cucinare gambi, steli, e bucce o approcciarsi al quinto quarto animale. Combinando con sapienza avanzi di patate e formaggio, per esempio, si possono preparare gustosissimi gnocchi con croste di formaggio grana; sempre in tema di verdure, è da provare la crema di gambi di carciofo, una delle parti che normalmente si buttano senza neanche pensarci. Il quinto quarto, poi, ci offre un'infinita gamma di possibilità. Per esempio, la lingua di vitello con crema di pane al pepe e salsa verde, le tagliatelle con battuta al coltello di rigaglie di pollo, il

FOGLIE DI CARCIOFO, QUINTO QUARTO, PANE SECCO... COME VALORIZZARE GLI SCARTI

polmone di agnello con maionese acida o la sella di cefalo marinato al forno. E poi pensiamo alle conserve e alle marmellate, per le quali è perfetta la frutta molto matura, o alle fermentazioni, che amano le verdure avvizzite nel frigorifero.

Mai buttare le eccedenze

Oltre al recupero della materia prima, c'è quello delle eccedenze. Una pratica che torna molto utile quando nelle case vi sono avanzi, come un piatto già cucinato, le croste di formaggio o il pane ormai secco. Il recupero renderà giustizia a ciò che si potrebbe considerare scarto, ma che nella realtà è un preziosissimo ingrediente. Con il pane si possono preparare i tradizionali passatelli romagnoli, che Gianluca Gorini nel suo ristorante a san Pietro in Bagno (Forlì Cesena) propone in rinnovata versione di recupero con un brodo di verza e semi di zucca. E che cosa fare con la carne usata per il brodo? Le polpette, naturalmente. Ma, con un pizzico di creatività, ecco il "lesso rifatto con le patate": indimenticabile quello che Giuliana Saragoni, cuoca autodidatta e premio ad honorem di Casa Artusi nel 2017, proponeva nell'Osteria del Gambero Rosso a San Pietro in Bagno, in Romagna. Insomma, tutti, nelle piccole e grandi cose, tutti possiamo recuperare. I nostri antenati lo facevano con naturalezza e possiamo ispirarci a loro con creatività e il supporto delle conoscenze del nostro tempo.

*Carlo Catani, esperto di enogastronomia,
ideatore del progetto Tempi di recupero*

Canovaccio Society Limonta,
piattino ovale di legno Casa,
taglieri KnIndustrie, tovagliolo
Zara Home, piatto piano
Mancusodesignlab, piatto
fondo Antropologie,
forchetta Mepra.
Sotto: grembiule Zara Home,
canovaccio soapstudio.it,
bilancia Zara Home.
Indirizzi a pagina 122.





Taglieri soapstudio.it,
cánovaccio Society
/ Limonta.
A destra: ciotolina
Stanzanumerotre,
tovagliolo soapstudio.
it, vassoio La
Rinascence; in basso:
grembiule in tela di
cotone Zara Home,
cucchiaino Mepre,
ciotolina Asa
Selection.
Indirizzi a pagina 122



PIZZA DI PANE SECCO
E SAUTÉ DI FOGLIE FRITTE
DI CAVOLI E RAPE

pag. 16



**Niederkofler,
l'etica in cucina**

CHEF DEL RISTORANTE ST. HUBERTUS DI SAN CASSIANO, IN VAL BADIA, IDEATORE DEL PROGETTO COOK THE MOUNTAIN, NORBERT NIEDERKOFER, DALLA GUIDA MICHELIN HA OTTENUTO, OLTRE ALLE 3 STELLE CLASSICHE, LA "STELLA VERDE" PER L'IMPEGNO ETICO.

DA COSA NASCE L'IDEA DI RICICLO?

DALL'ESIGENZA DI CREARE QUALCOSA DI NUOVO. STIAMO ACQUISENDO LA CONSAPEVOLEZZA CHE QUELLO CHE UN TEMPO ERA UNA NECESSITÀ PER SOPRAVVIVERE, OGGI CORRISPONDE AL NOSTRO LAVORO, BASATO SULLA FILOSOFIA DELLA CONSERVAZIONE, DEI PRODOTTI DI STAGIONE E DEL TERRITORIO.

QUINDI SI TRATTA DI GUARDARE LONTANO...

SÌ, SERVE RISPETTO PER LA BIODIVERSITÀ, CHE PERMETTE DI MANTENERE I TERRENI PRODUTTIVI A LUNGO. SE VENISSE RISPETTATA ANCHE LA STAGIONALITÀ, RISOLVEREMMO IL PROBLEMA ANCHE A LUNGO TERMINE.

COME GIUDICANO I CLIENTI QUESTA CUCINA?

ALL'INIZIO C'ERA STUPORE, MA ORA, ANCHE IN SEGUITO AL COVID, LE PERSONE SONO PIÙ SENSIBILI AL CIBO. C'È MAGGIORE ATTENZIONE AL LUOGO DI PRODUZIONE, A CHI PRODUCE.

FOCACCIA AL GRASSO DI PROSCIUTTO CON BUCCE FRITTE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 20
470 CAL/PORZIONE

250 g di bucce di carote, patate, topinambur, zucchine, patate americane – olio di arachidi per friggere – olio extravergine d'oliva

per l'impasto 300 di farina + quella per la lavorazione – 15 g di lievito di birra fresco – 1/2 cucchiaino di zucchero – 40 g di grasso di prosciutto crudo – sale in fiocchi – 1/2 cucchiaino di sale

1 Preparate l'impasto. Sciogliete il lievito con lo zucchero in 2 cucchiaini di acqua tiepida e fatelo riposare 5 minuti. Intanto frullate il grasso di prosciutto fino a ottenere una pasta omogenea. Disponete la farina a fontana, unite il lievito sciolto al centro e iniziate a impastare unendo circa 1,5 dl di acqua, poca acqua alla volta. Aggiungete il grasso di prosciutto frullato, il sale e impastate energicamente unendo (a seconda delle necessità) poca farina o acqua fino a ottenere un impasto liscio, elastico e morbido, ma non appiccicoso. Formate una palla, mettetela in una ciotola, coprite con la pellicola e fate lievitare per circa 4 ore nel forno spento con la luce accesa o in un luogo tiepido e al riparo da correnti d'aria. Intanto, lavate e asciugate perfettamente le bucce da friggere e tenetele da parte.

2 Ungete d'olio extravergine d'oliva una teglia di 30 cm di diametro (o foderatela di carta da forno e spennellatela di olio). Trasferite l'impasto lievitato sul piano di lavoro infarinato e, con le mani infarinate, fate 2 pieghe a portafoglio. Allargate l'impasto con i polpastrelli, stendetelo nella teglia e ungetelo con un filo d'olio. Fatelo lievitare per altri 30 minuti, poi formate tanti incavi con pollice, indice e medio.

3 Condite la focaccia con sale in fiocchi, 2 cucchiaini di acqua emulsionati con 2 cucchiaini d'olio e cuocetela nel forno a 200° per 20 minuti. Mentre cuoce la focaccia, friggete le bucce in abbondante olio di arachidi caldo e sgocciolatele su carta da cucina per eliminare l'olio in eccesso. Sfornate la focaccia, copritela con le bucce fritte e servite.

PIZZA DI PANE SECCO E SAUTÉ DI FOGLIE MISTE DI CAVOLI E RAPE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
440 CAL/PORZIONE

per la base 400 g di pane raffermo – 1 dl d'olio extravergine d'oliva – 40 g di pecorino grattugiato – 40 g di grana padano Dop grattugiato – 1 cucchiaino di sale – pepe

per il condimento 800 di polpa fine di pomodoro – 300 g di foglie miste (cavolfiore, broccoli, rape, ravanelli) – 8 alici sott'olio – 1 spicchio d'aglio – 1 peperoncino secco – olio extravergine d'oliva – sale

1 Preparate l'impasto. Tagliate il pane a cubetti e mettetelo in una ciotola capiente; unite metà dell'olio e (poca alla volta) 2 dl d'acqua. Aggiungete il sale e il pepe e impastate per qualche minuto e fate riposare.

2 Preparate il condimento. Pulite le foglie, lavatele e sgocciolatele. In una padella, scaldate 4 cucchiaini d'olio con l'aglio sbucciato, il peperoncino sbriciolato e, dopo 2 di minuti, unite le foglie; salatele e fatele appassire.

3 Riprendete l'impasto, unite l'olio rimasto (tranne 1 cucchiaino), i formaggi e impastate nuovamente fino a ottenere un composto compatto. Ungete con l'olio rimasto una teglia rettangolare delle dimensioni di 30x40 cm e stendete l'impasto di pane compattandolo molto bene con le mani o con il dorso di un cucchiaino bagnato d'acqua. Stendete la polpa sulla base di pane, salatela e conditela con un filo di olio; distribuitevi sopra le foglie saltate, le alici spezzettate e infornate a 180° per circa 20 minuti. Sfornate e servite.

TRIPPA DI CROSTE DI GRANA PADANO AL POMODORO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 95 MINUTI
320 CAL/PORZIONE

320 g di croste di grana padano Dop – 1 carota piccola – 1 cipolla piccola – 2 coste di sedano piccole – 500 g di passata di pomodoro – qualche rametto di timo – 1 bustina di zafferano – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Raschiate bene le croste con un coltello per ripulire la parte esterna. Mettetele in una pentola, coprite con 1 l d'acqua, portate a ebollizione, abbassate la fiamma e fatele cuocere a pentola coperta per circa 1 ora. Prelevate le croste con un mestolo forato, lasciatele intiepidire e tagliatele a striscioline larghe circa 1 cm e tenetele da parte. Quindi, filtrate il brodo e tenetelo da parte in caldo.

2 Lavate sedano, carota e cipolla, tritateli e fateli rosolare in una pentola con 1 rametto di timo e 4 cucchiaini d'olio per 2 minuti. Unite la passata di pomodoro, un pizzico di sale e pepe; aggiungete 1/2 l del brodo di croste di formaggio filtrato e proseguite la cottura per circa 20 minuti, mescolando di tanto in tanto.

3 Aggiungete la "trippa" di croste di grana tenuta da parte e lo zafferano diluito in 1 cucchiaino di brodo e proseguite la cottura per 5 minuti. Regolate di sale e aggiustate la consistenza del sugo, che dovrà essere fluido ma non troppo liquido. Se serve aggiungete ancora un po' di brodo caldo. Pepate, decorate con timo e servite.

TRIPPA DI CROSTE DI GRANA
PADANO AL POMODORO



Oliera Zara Home,
canovaccio Society
Limonta, vassoio
Maison du Monde,
piatto fondo Habitat,
cucchiaino KnIndustrie.
Indirizzi a pagina 122

MUFFIN ALLE BUCCE DI BANANA

pag. 20



Tovagliolo Society
Limonta, ciotolina,
brick e piatto
Francesca Reitano.
Sotto, grembiule
Zara Home,
canovaccio
soapstudio.it.
Indirizzi a pagina 122



TORTA DI PISTACCHI POST
SPREMUTA D'ARANCIA

pag. 20



Tagliere e piatto Casa,
piattino Asa Selection,
tovagliolo Society
Limonta. Indirizzi
a pagina 122



INTERVISTA

Lisa Casali, arte e scienza del recupero

STUDIOSA DI SCIENZA AMBIENTALE, ESPERTA DI SOSTENIBILITÀ, AUTRICE DEL BLOG *ECOCUCINA*, LISA CASALI HA PUBBLICATO VARI LIBRI SUL TEMA DEL RECUPERO, TRA CUI *IL GRANDE LIBRO DELLE BUCCE* (GRIBAUDO).

UN INTERESSE NATO IN LABORATORIO OPPURE IN CUCINA?

IN CUCINA, MA CONCEPISCO LA CUCINA UN PO' COME UN LABORATORIO. PER ANNI HO SPERIMENTATO PER OGNI SCARTO TUTTE LE TECNICHE: COTTURA A VAPORE, AL FORNO, CENTRIFUGA, ECCETERA. QUANTO DI BUONO E BENEFICO SI BUTTA SCARTANDO TROPPO?

MEDIAMENTE BUTTIAMO IL 50% DI FRUTTA E VERDURA. LE PARTI PIÙ SCARTATE SONO LE BUCCE, I GAMBI, LE FOGLIE, OLTRE AI BACCELLI DEI LEGUMI; MA PROPRIO QUI SI CONCENTRANO VALORI MOLTO ELEVATI DI FITOCOMPOSTI E FIBRE. C'È UNA RISPONDEZZA DEL PUBBLICO IN TEMA DI RECUPERO?

SI, ANCHE SE NELL'USO DELLE BUCCE C'È ANCORA QUALCHE PREGIUDIZIO, IN PARTICOLARE LA PAURA DEI PESTICIDI. NEL BIOLOGICO CE NE SONO MENO, MA DALLE ANALISI FATTE CON *ALTROCONSUMO* ABBIAMO VISTO CHE TUTTI I CAMPIONI AVEVANO RESIDUI SOTTO I LIMITI DI LEGGE.

TEMA DEL MESE TEMPI DI RECUPERO

MUFFIN ALLE BUCCE DI BANANA

FACILE
PER 12 PEZZI
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI
230 CAL/PEZZO

250 g di farina + farina quella per lo stampo
– **1 cucchiaino di bicarbonato** – **1 cucchiaino di lievito**
– **140 g di zucchero** – **85 g di burro fuso** – **burro per lo stampo** – **2 uova** – **2 dl di latte** – **la buccia di 2 banane mature** – **30 g di nocciole tritate** – **zucchero a velo**

1 Private le bucce di banana delle estremità. Mettetele in un pentolino, copritele di acqua, portate a ebollizione e fatele cuocere per 30 minuti. Scolatele, tagliatele a pezzi, frullatele e trasferitele in una ciotola.

2 Imburrate uno stampo da muffin da 12 pezzi e spolverizzatelo di farina. Tritate le nocciole. Setacciate la farina con il lievito e il bicarbonato facendoli ricadere in una ciotola capiente e mescolateli con lo zucchero. In un'altra ciotola mescolate il burro fuso con le uova sgusciate, il latte e la purea di bucce di banana.

3 Unite i due composti mescolandoli incorporate metà delle nocciole e suddividete l'impasto negli incavi dello stampo riempiendoli per 2/3. Spolverizzate i muffin con le nocciole rimaste e infornateli a 200° per 15-18 minuti, fino a che risulteranno gonfi e dorati. Sfornateli, fateli intiepidire ed estraeteli dallo stampo. Serviteli spolverizzati di zucchero a velo.

TORTA AI PISTACCHI POST SPREMUTA DI ARANCIA

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
420 CAL/PORZIONE

5 arance non trattate – **120 g di granella di pistacchi** – **40 g di granella di mandorle** – **80 g di farina di mandorle** – **200 g di zucchero semolato** – **6 uova** – **zucchero a velo** – **burro per la tortiera**
per decorare la scorza avanzata di 1 arancia in un
manciata di pistacchi sgusciati – **100 g di zucchero semolato** – **zucchero a velo**

1 Lavate le arance e spremetele. Dopo aver destinato il succo a un altro uso, raccogliete la polpa che rimane nello spremiagrumi, eliminate i semi e i filamenti più grossi e pesatene 150 g. Mettete la scorza avanzata di 1 arancia in un pentolino, copritela con 1 dl di acqua fredda, portate a ebollizione e fatela cuocere per 10 minuti. Scolatela e, una volta raffreddata frullatela con la polpa tenuta da parte.

2 Imburrate e rivestite di carta da forno uno stampo a cerniera di 28 cm di diametro. Separate i tuorli dagli albumi. Sbattete i tuorli con lo zucchero semolato; unite la polpa

e la scorza dell'arancia frullate, la farina di mandorle e le granelle di mandorle e di pistacchi e mescolate. Montate a neve gli albumi e incorporateli al composto. Versate l'impasto nella tortiera e infornate a 200°. Dopo circa 20 minuti, copritela con un foglio di alluminio e cuocete per altri 10 minuti.

3 Preparate la decorazione. Intanto, tagliate a filetti la scorza delle altre 4 arance spremute; fatele bollire per 5 minuti e scolatele. Versate lo zucchero semolato in una padella, copritelo d'acqua e mettete la padella sul fuoco. Quando lo zucchero comincia a diventare sciropposo, unite le scorzette e fatele cuocere per 5-6 minuti fino a che lo zucchero si sarà rappreso ma avrà mantenuto una colorazione trasparente. Trasferite le scorzette su una placca foderata di carta da forno e fatele raffreddare. Sforinate la torta, lasciatela raffreddare e trasferitela su un piatto da portata. Spolverizzatela di zucchero a velo, decoratela con le scorzette candite e i pistacchi tritati grossolanamente e servite.

RISOTTO AI GAMBI DI CARCIOFI CON BRODO DI SCARTI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 105 MINUTI
420 CAL/PORZIONE

per il brodo di scarti 500 g di bucce ed estremità di carote – **foglie di carciofi**, **bucce di cipolle** – **parti esterne di finocchi** – **gambi di prezzemolo** – **foglie di sedano** – **gambi di funghi** – **foglie esterne e verdi dei porri** – **sale**

per il risotto 350 g di riso Carnaroli – **1 scalogno** – **50 g di burro** – **2 cucchiai d'olio extravergine d'oliva** – **8 gambi di carciofo** – **1 bicchierino di Cynar** – **la scorza grattugiata di 1 arancia non trattata** – **le barbine di 2 finocchi** – **80 g di parmigiano reggiano** **Dop** **grattugiato** – **sale** – **pepe**

1 Preparate il brodo. Lavate tutti gli scarti e metteteli in una pentola. Copriteli con l'acqua, unite 1 cucchiaino di sale e portate a ebollizione. Coprite la pentola, abbassate la fiamma e lasciate sobbollire per 1 ora. Fate sobbollire per altri 15 minuti e filtrate il brodo.

2 Preparate il risotto. Tritate lo scalogno. Spellate i gambi di carciofo, tagliateli a rondelle e fateli appassire con lo scalogno tritato in una pentola con 20 g di burro e l'olio per 3 minuti. Fatevi tostare il riso, sfumate con il Cynar e unite 1 mestolino di brodo caldo. Portate il riso a cottura, unendo 1,2 litri del brodo preparato, poco alla volta man mano che si assorbe (tenete il resto per altre preparazioni).

3 Quando il riso è al dente, unite 1 ultimo mestolino di brodo, mescolate e spegnete il fuoco. Unite il burro rimasto, il parmigiano e coprite. Dopo 1 minuto mescolate. Profumate con scorza di arancia, pepe, barbine di finocchio spezzettate e servite.

GRANA PADANO RISERVA. LA VITA HA UN SAPORE MERAVIGLIOSO.



Per capire se una forma di Grana Padano DOP è pronta per diventare Riserva basta ascoltarla. Se ci racconta di una lunga stagionatura, di una qualità sublime ricca di gusto, di accostamenti insoliti, di piatti originali e del piacere della buona cucina, allora sì, è Grana Padano DOP Riserva e la vita ha un sapore meraviglioso.



Luca Bazzano

Ristorante Quintilio

A METÀ STRADA TRA LA COSTA LIGURE E IL PIEMONTE, È L'EREDE DI UNA LUNGA STORIA CULINARIA FAMILIARE. E LE RENDE OMAGGIO CON UNA PROFONDA CONOSCENZA DEI PRODOTTI DELLE DUE REGIONI E IL LORO USO PRECISO E ISPIRATO

di D. Falsitta, foto di M. Tabozzi

in trepidante attesa

L'arruolamento di Bazzano tra i Jre è avvenuto nell'aprile 2020, nel corso dell'assemblea nazionale che si è svolta solo online. Lo chef 41enne aspetta quindi di poter finalmente incontrare i colleghi, scambiarsi opinioni e idee, che è poi l'ambito traguardo di ogni Jre. Nel frattempo ha collaborato a un progetto dell'Associazione italiana per la ricerca sul cancro, proponendo una ricetta ideale sotto il profilo nutrizionale a base di gamberi viola di Sanremo, ortaggi e aromi liguri.

il ristorante

Situato in un edificio dell'800, a quasi 600 metri di altitudine, il Quintilio è stato arredato con materiali naturali e colori neutri che fanno risaltare la bella collezione di vetri soffiati prodotta dagli artigiani di Altare e le vetrate legate a piombo. Aperto dal martedì al sabato, ha anche uno spazio enoteca con posti a sedere, fornito di 600 etichette da degustare sul posto o acquistare.



PLIN DI BORRAGINE
RIPIENI ALLO STOCCAFISSO
IN BURRIDA

pag. 24

La migliore cucina non ha bisogno di località importanti, spesso nasce in luoghi speciali dove il destino fa confluire passioni e incontri. È il caso di quella di Luca Bazzano, il cui ristorante si trova ad Altare, un paese di 2 mila abitanti in provincia di Savona, legato all'arte del vetro soffiato.

Nella storia del locale c'è infatti uno zio vetraio, Quintilio, che durante i suoi viaggi di lavoro si incuriosiva ai cibi di altre regioni e li portava nella trattoria di famiglia. E c'è una strada che dal mare della Liguria conduce alle colline delle Langhe, di cui Altare è una tappa intermedia. Questa fortunata posizione ha regalato allo chef doppie tradizioni regionali, doppie ispirazioni e anche incontri raddoppiati con i prodotti locali. Da Noli gli arrivano acciughe, stoccafisso e gamberi rossi; dal Piemonte la carne di Fassona (lo chef acquista solo i capi interi che poi riesce a sfruttare al meglio), i cardi e i tartufi, i peperoni di Carmagnola e formaggi; dagli agricoltori di Albenga i carciofi, gli asparagi,

i tuberi. Il confronto con i produttori lo riempie di soddisfazione e fa scaturire nuove idee: "Per questa ricetta sono stati importanti la borragine, gli aromi e l'olio di taggiasca di un fornitore piccolo e bravissimo", dice citando l'agriturismo BioVio.

La pasta invece è fatta in casa, come tutta quella del menu, dove compaiono anche i particolari maccheroni all'ago: arrotolati su un ferro da calza, giunsero ad Altare con lo zio vetraio ma Luca ne ha raccolto l'eredità con identica passione. Ecco un'altra fortunata coincidenza. Proprio come quella che gli ha fatto incontrare la vulcanica moglie Lorena Germano, sommelier. Non è raro che siano i vini di lei a ispirare ottimi piatti. Un esempio? La mineralità di un Pigato naturale maturato sulle bucce ha generato gli gnocchi con gamberi rossi e carciofo di Albenga", dice Bazzano. "Questo ortaggio non era mai andato d'accordo con il vino. È stata una grande soddisfazione!", conferma Lorena.



PLIN DI BORRAGINE RIPIENI ALLO STOCCAFISSE IN BURRIDA

PER 4 PERSONE

per la pasta 400 g di farina più quella per tirare la sfoglia – 4 uova – 250 g di borragine

per la burrida 500 g di stoccafisso ammollato

– 2 patate quarantine – 200 g di passata di pomodoro – 100 g di carote – 100 g di cipolla
– 100 g di sedano – 3 filetti di acciughe dissalate –
50 g di olive taggiasche – 50 g di capperi dissalati
– 50 g di pinoli – 100 ml di olio extravergine ligure
– 2 rametti di maggiorana – 1 spicchio d'aglio di Vessalico – un ciuffo di prezzemolo – sale – pepe

Preparate l'impasto dei plin: lavate la borragine, spezzate in due le foglie e scottatele per 1 minuto in acqua bollente. Eliminate i gambi troppo spessi e raffreddatela in acqua gelata, strizzatela e frullatela con le uova. Impastate il mix ottenuto con la farina, fate una palla, avvolgetela con la pellicola e lasciatela riposare per un'ora.

Mondate e tritate carote, cipolla, sedano, acciughe e capperi. Fateli soffriggere con l'olio in una casseruola di terracotta. Dopo 10 minuti unite lo stoccafisso a pezzi con la lisca rivolta verso l'alto, salate, pepate e bagnate con poca acqua calda, coprite e cuocete per 20 minuti.

Sbucciate e riducete a cubetti le patate, sbucciate l'aglio e tritatelo con il prezzemolo; trasferite tutto nel tegame insieme alle olive snocciolate, alla passata di pomodoro e ai pinoli e cuocete per altri 20 minuti bagnando con acqua se occorre. Spegnete, eliminate le lisce, mettete da parte lo stoccafisso e le patate e frullate il resto fino a ottenere una crema.

Fate la farcia: schiacciate le patate con lo schiacciap patate e sminuzzate lo stoccafisso, amalgamateli in una terrina, salate e pepate.

Tirate la pasta con la sfogliatrice aggiungendo farina ad ogni passaggio se troppo morbida.

*consiglio
da chef*

Non frullate tutta la borragine nel mixer: se ne tritate metà al coltello otterrete un impasto in cui si riconoscono piccoli frammenti di foglie, piacevole da vedere e da gustare.



Ottenete una lunga striscia, sistematevi una fila di noci di ripieno e ripiegatevi sopra la pasta per sigillarli. Rifilate l'eccesso e chiudete i plin "pizzicando" la sfoglia con 2 dita tra una noce di ripieno e l'altra, quindi separateli uno dall'altro con la rotella andando dal lato chiuso verso quello sigillato. Lessateli 1 minuto in acqua salata, suddividete la salsa nei piatti, poi i plin, guarnite con la maggiorana e, se vi piace, con altre olive, pinoli e i fiori di borragine.



**PER SCEGLIERE VIRTÙ DI BRODO
BASTA LEGGERE L'ETICHETTA.**

Niente aromi, glutammato, addensanti e niente sale.
Solo le migliori verdure coltivate in Italia,
per un brodo naturale e ricco di leggerezza.

Perché non tutto fa brodo.



Orogel. La meraviglia di ogni giorno.

Entra nel **GRANDE** mondo di **TIM UNICA**.

Hai la **FIBRA** ^E con il **WiFi** certificato
dai nostri tecnici

Se hai anche
il mobile TIM

Giga illimitati per la famiglia

TIM

Negozi TIM | 187 | tim.it



LA TECNOLOGIA FTTH CON FIBRA ^E FINO A CASA È DISPONIBILE IN OLTRE 140 COMUNI. L'OFFERTA PUÒ ESSERE SOGGETTA A LIMITAZIONI TECNICHE DI VELOCITÀ E GEOGRAFICHE. VERIFICA PRIMA SU WWW.TIM.IT/VERIFICA-COPERTURA.

TIM UNICA: PER CLIENTI TIM FISSO E MOBILE. LINEA FISSA DOMICILIATA E LINEE MOBILI CON OFFERTA DATI GIÀ ATTIVA. GIGA ILLIMITATI IN REGALO PER CIASCUNA SIM FINO AD UN MASSIMO DI 6 SIM; 6 GB UTILIZZABILI NEI PAESI UE, AGGIUNTIVI RISPETTO A QUELLI PREVISTI DALL'OFFERTA DATI ATTIVA. TRAFFICO ILLIMITATO SOGGETTO AD USO LECITO E CORRETTO. PAGAMENTO DEGLI IMPORTI DELLE OFFERTE ATTIVE SULLE LINEE MOBILE, ADDEBITATI SULLA FATTURA DELLA LINEA FISSA, MEDIANTE IL SERVIZIO "TIM RICARICA AUTOMATICA" INCLUSO SU TUTTE LE LINEE MOBILI CHE ADERISCONO A TIM UNICA.

LA CUCINA È CREATIVITÀ E SCAMBIO DI IDEE.
ECCO PERCHÉ AMIAMO CURIOSARE TRA LE
VOSTRE FOTO E I VOSTRI COMMENTI SOCIAL

LA PIÙ AMATA

Dolce ma non troppo

Una deliziosa cheesecake dal morbido cuore di yogurt e dal retrogusto di arancia. Questa è la ricetta che ha fatto più adepti sui nostri canali social. Ci ha conquistati tutti!



LA RICETTA DEL CUORE

INDIVIA, ROQUEFORT, NOCCIOLE. UNA TORTA SALATA INSOLITA E SPETTACOLARE CHE VI È PIACIUTA DAVVERO: L'AVETE (AP)PROVATA IN TANTI !



Lo sai perché la carbonara si chiama così? Perché il simbolo della cucina statunitense, l'hamburger, ricorda una città tedesca? Perché il croissant non è francese? O perché l'hot dog è un "cane caldo"? Ci spiega questo e tanto altro l'attrice Roberta Mengozzi (aka signorina Sale&Pepe). E lo fa, con i suoi simpatici sketch, on line su salepepe.it. Così l'appuntamento del giovedì con le nuove puntate sta diventando un must.

FATTO DA VOI

Ci avete regalato emozioni con le vostre prelibate creazioni. Eccone tre: vellutata di zucca alla birra e ginepro (@mariaelenaparrottino), corteccia di cioccolato (@viola_cucina), pain suisse (@blogthatsmore).



OLTRE 800 LIKE

LA NEWS PIÙ LETTA

Noi vi abbiamo raccontato di come la crêpe Suzette sia nata da un (fortunatissimo!) errore e voi di come questo dolce abbia accompagnato tante vostre (meritatissime!) merende.



IN EVIDENZA

Magie in cucina

La crescionda è un torta antica e magica: i colori cambiano e gli strati si separano miracolosamente in cottura. Parola di @ale_xander88 (e di tanti di voi che l'hanno preparata e postata!)

SFOGLIA fotografa condividi

QUANDO CUCINATE O TROVATE INGREDIENTI E DETTAGLI IN STILE SALE&PEPE, POSTATE LE VOSTRE FOTO SU INSTAGRAM CON #FOODSTYLELOVERS E @SALEPEPE_IT

grain

SENATORE CAPPELLI

nobile

CONSIDERATO IL PIÙ
PREGIATO TRA I GRANI
ITALIANI, È UNA VARIETÀ
ANTICA CON UNA STORIA
MOLTO PARTICOLARE
CHE NE SPIEGA IL NOME.

LA SUA SPICCATO
PERSONALITÀ LO HA FATTO
TORNARE SOTTO I
RIFLETTORI: SAPORE RICCO,
PROFUMO INTENSO
E VIRTÙ SALUTARI. TUTTE
CARATTERISTICHE CHE SI
RITROVANO NELLE PASTE
RICAVATE DAI SUOI SEMI

testi di Paola Mancuso,
ricette di Alessandra Avallone,
foto di Laura Spinelli, styling di Stefania Aledi

S

e l'emblema della nostra cucina, riconosciuto in tutto il mondo, è la pasta, non può mancare un grano duro anch'esso autenticamente made in Italy, la materia prima per produrla. Come la storica varietà Senatore Cappelli, nata oltre cent'anni fa (1915) dal lavoro dell'agronomo Nazareno Strampelli che selezionò le spighe migliori per ottenere un grano straordinario. Invece di "battezzare" la nuova cultivar con il proprio nome, il ricercatore preferì registrarla con quello del senatore che gli concesse i terreni di proprietà che aveva in Puglia per poter perfezionare le ricerche.

Per le caratteristiche ottimali, la coltivazione di questo frumento dalle scenografiche spighe alte fino a 180 cm e brunate, si sviluppò da subito: poco esigente, resistente alla siccità, adatto a tutti i tipi di terreno, anche marginali e, soprattutto per quell'epoca, molto produttivo, tanto da far triplicare i raccolti nel giro di breve tempo (da 7 a 20 quintali per ettaro).

Fino agli anni Sessanta è rimasto il grano duro più coltivato sul territorio nazionale, su circa 760mila ettari complessivi. Nei decenni seguenti, tuttavia, fu man mano soppiantato da varietà più conformi alle incalzanti esigenze delle moderne lavorazioni industriali, rischiando, così, di scomparire: nel 2015 le superfici coltivate erano scese a soli 800 ettari.

La riconquista della tavola

Come è accaduto anche per altre eccellenze del nostro agroalimentare, dopo il declino è arrivata la riscoperta di questo grano antico, diventato simbolo di tradizione e biodiversità. "Il Senatore Cappelli è il papà di tantissime altre varietà di grano duro" racconta Mauro Tonello, presidente della Società Italiana Sementi (SIS). "Il seme è stato mantenuto in purezza dal Crea (Consiglio

per la Ricerca in Agricoltura) che per rilanciarlo nel 2016 ha indetto un avviso pubblico, vinto da Sis, che ne ha ottenuto l'esclusiva e fornisce i semi agli agricoltori".

Per dare nuovo impulso alle coltivazioni, Mauro Tonello ha cercato qualcosa di più: "La pasta di grano duro Cappelli era già rinomata per l'alta qualità e le ottime proprietà organolettiche, con un gusto ricco, di carattere, dal profumo aromatico e persistente. Volevo però esplorarne anche gli aspetti salutistici, conosciuti in modo empirico, ma senza dati scientifici per supportarli. Così, mi rivolsi al Policlinico Gemelli di Roma per una ricerca ad hoc. Lo studio fu fatto su una selezione di persone sensibili al glutine, ma non celiache; il dato più interessante che ne risultò fu che la pasta di grano duro Cappelli era meglio tollerata, senza i classici sintomi che si sviluppano nei soggetti sensibili". Per tutti, questa pasta risulta comunque più digeribile, con un maggiore contenuto di fibre e micronutrienti, perché i semi non vengono sottoposti ad alta raffinazione.

Grano antico, agricoltura moderna

Ad oggi, le coltivazioni, tra convenzionali e biologiche, sono arrivate a circa 7mila ettari su tutto il territorio nazionale, con una predilezione per le regioni del Centrosud e la Basilicata in particolare. Spiega Mauro Tonello: "Seguiamo i metodi più avanzati dell'agricoltura di precisione: i terreni sono georeferenziati e geocontrollati tramite satellite, con verifiche dal campo alla semola, per garantire la massima tracciabilità e qualità del prodotto".

Oltre a soddisfare il rinnovato interesse per la migliore qualità e salubrità dell'alimentazione, le coltivazioni di grano duro Cappelli sono anche più sostenibili, con un impatto ambientale minimo.

"Si tratta di una varietà facile perché non ha bisogno di concimi per crescere, si difende naturalmente dalle erbe infestanti e quindi si rendono necessari pochissimi trattamenti. Per questo si presta molto bene alle coltivazioni biologiche. Inoltre, essendo molto rustica, resiste alla carenza di acqua. Ha quindi un'impronta ambientale molto leggera", conclude Tonello.

SPAGHETTI ALLA CARBONARA DI CARCIOFI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
700 CAL/PORZIONE

**400 g di spaghetti di grano duro
Senatore Cappelli - 1 fetta di guanciale
da 100 g - 6 carciofi - 1 bicchierino di
vino bianco secco - qualche rametto
di menta fresca - 6 tuorli - pecorino
romano - aceto di vino bianco - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe**

1 Pulite i carciofi, eliminando le foglie più coriacee e le punte; immergeteli man mano in una ciotola d'acqua e aceto. Lessateli per 15 minuti in acqua bollente

salata, scolateli e fateli sgocciolare a testa in giù su carta da cucina. Quando saranno asciutti tagliateli in 4 o 6 parti.

2 Tagliate il guanciale a fiammifero e rosolatelo in un wok (o in una padella) con 2 cucchiaini d'olio. Unite i carciofi e cuoceteli finché prendono anche loro colore. Pepate, insaporite con una manciatina di menta tritata, spruzzate con il vino e lasciatelo evaporare. Togliete dal fuoco.

3 In una ciotola sbattete i tuorli con 4 cucchiaini di pecorino grattugiato. Portate a ebollizione una pentola d'acqua salata e lessate gli spaghetti. Stemperate la crema di tuorli e pecorino con 2-3 cucchiaini dell'acqua della pasta. Scolate gli spaghetti, conditeli con la crema di uova e subito con il guanciale e i carciofi. Completate con pecorino grattugiato e foglioline di menta.



In questa pagina,
piatto Jars
Ceramistes,
piattino e
ciotolina Seraxo.
Pasta: Le Stagioni
d'Italia. Indirizzi
a pagina 122

TORTIGLIONI CON RAGÙ DI CONIGLIO E ASPARAGI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 1 ORA
550 CAL/PORZIONE

**400 g di tortiglioni di grano duro
Senatore Cappelli - 2 cosce di coniglio
- farina - rosmarino, timo,
maggiorana - 1/2 carota - 1 costa di
sedano - 1 cipolla - 1 bicchiere di vino
bianco - brodo - 1 bustina di zafferano
- 6 asparagi grandi - olio extravergine
d'oliva - sale - pepe**

1 Tagliate ciascuna coscia di coniglio in due pezzi; salateli, pepateli e infarinateli. Pulite e tritate la cipolla, la carota

e il sedano; fateli soffriggere con 2 cucchiaini d'olio in una casseruola dal fondo spesso.

2 Unite la carne e, quando prende colore, sfumate con il vino.

Profumate con timo, rosmarino e maggiorana tritati. Aggiungete 2 mestoli di brodo caldo, lo zafferano, coprite e cuocete a fiamma bassa per 45 minuti.

Al termine, dissodate il coniglio e riunite la polpa al fondo.

3 Pulite gli asparagi, tagliateli a rondelle e dividete a metà le punte. Scottateli 3 minuti in acqua bollente salata, prelevateli con un mestolo forato e uniteli al fondo di cottura del coniglio. Lessate la pasta nell'acqua degli asparagi, scolate i tortiglioni, conditeli con il ragù, pepate e servite.



In questa pagina:
piatto Asa-
Selection, piattino
Arte nel Pozzo.
Nella pagina
accanto: piatto
Claylab, piattino
Serax, runner
Once Milano.
Pasta: Le Stagioni
d'Italia. Indirizzi
a pagina 122



LINGUINE AL PESTO DI PISTACCHI CON GAMBERI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

**400 g di linguine di grano duro
Senatore Cappelli - 100 g di pistacchi
- 1 cucchiaio colmo di capperi sotto
sale - 1 fetta di pane a cassetta - vino
bianco - prezzemolo fresco - 400 g
di code di gambero (o mazzancolle)
- 1/2 limone - 1 cipollotto - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe**

1 Tritate grossolanamente 20 g di pistacchi e metteteli da parte. Sciacquate i capperi, metteteli nel mixer con il resto dei pistacchi e la mollica del pane a cassetta bagnata nel vino bianco e strizzata. Mixate gli ingredienti fino a ottenere un pesto grossolano. Incorporate 1 cucchiaio di prezzemolo tritato, 4 cucchiaini d'olio, regolate di sale e pepate.

2 Sgusciate i gamberi, eliminate il filetto nero, poi conditeli con succo di limone, sale e pepe. Pulite e affettate il cipollotto. Fatelo

saltate con i gamberi in un wok (o in una padella) con un filo d'olio.

3 Lessate le linguine in acqua bollente salata. Stemperate il pesto preparato con 2-3 cucchiaini dell'acqua di cottura della pasta. Scolate le linguine al dente, conditele con il pesto di pistacchi, quindi con i gamberi e i cipollotti. Completate con i pistacchi tritati tenuti da parte.

In questa pagina:
piatto Virginia Casa,
tovagliolo Society
Limonta. Nella
pagina accanto:
piatto Zara Home,
ciotolina Serax,
tovagliolo Society
Limonta.
Pasta: Le Stagioni
d'Italia. Indirizzi
a pagina 122



FUSILLI ALLA CREMA DI RUCOLA E RICOTTA CON ZUCCHINE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

**400 g di fusilli di grano duro Senatore
Cappelli – 100 g di rucola – 2 cucchiari
di pinoli – 80 g di ricotta – 4 zucchine
novelle – 2 foglie d'alloro secche –**

**grana padano Dop grattugiato – olio
extravergine d'oliva – sale – pepe**

1 Lavate la rucola, asciugatela bene in un telo e tritatela grossolanamente. Raccoglietela in un mixer con i pinoli e tritate finemente. Trasferite in una ciotola e mescolate il trito con 4 cucchiari d'olio e la ricotta. Regolate di sale e pepate.

2 Affettate le zucchine sottili, con l'aiuto di una mandolina. Scaldate 2 dita d'olio in un wok (o in una

padella), unite le foglie d'alloro e frigate le zucchine, in 2-3 volte. Quando saranno dorate, scolatele in un colino di metallo appoggiato sopra un piatto. Salatele solo all'ultimo momento.

3 Lessate i fusilli in acqua bollente salata, scolateli e conditeli con la crema di rucola preparata (se è troppo densa, allungatela con 1-2 cucchiari dell'acqua di cottura della pasta). Distribuite i fusilli nei piatti individuali e completate con una manciata di grana e le chips di zucchine fritte.

PENNE CON CICORIA, PANCETTA E OLIVE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
620 CAL/PORZIONE

**400 g di penne di grano duro Senatore
Cappelli - 500 g di catalogna - 1
spicchio d'aglio - 80 g di pancetta
arrotolata in 1 sola fetta - 2 rondelle
di zenzero fresco - la scorza**

**di 1/2 arancia non trattata
- 100 g di olive nere di Gaeta -
pecorino romano grattugiato - olio
extravergine d'oliva - sale**

1 Lavate la catalogna, tagliatela a tocchetti e cuoceteli a vapore per 5 minuti. Schiacciate lo spicchio d'aglio, tagliate a julienne la scorza dell'arancia e tritate finemente lo zenzero.
2 Riducete la pancetta a dadini e rosolateli in un wok (o in una padella) con un filo d'olio.

Quando iniziano a prendere colore aggiungete l'aglio, lo zenzero e la scorza d'arancia. Mescolate per 2 minuti, poi unite la catalogna, le olive private dei noccioli e lasciate insaporire per 5 minuti.
3 Lessate le penne in acqua bollente salata, scolatele al dente e fatele saltare nel recipiente con il condimento preparato. Completate con pecorino grattugiato e un filo d'olio crudo.



La pasta

TUTTE LE RICETTE NEL SERVIZIO SONO STATE REALIZZATE CON LA PASTA SENATORE CAPPELLI DI LE STAGIONI D'ITALIA, UNA LINEA CHE COMPRENDE 14 FORMATI DIVERSI. DISPONIBILI ANCHE 4 FORMATI TRADIZIONALI DI PASTA INTEGRALE, OTTENUTA AL 100% DA GRANO DURO SENATORE CAPPELLI IN PUREZZA. LE STAGIONI D'ITALIA GARANTISCE L'ECCCELLENZA DI TUTTA LA FILIERA DEI SUOI PRODOTTI, DAL CAMPO ALLA TRASFORMAZIONE, E INFINE ALLA COMMERCIALIZZAZIONE.

COME DICEVA
MIA NONNA
IN CUCINA
CI VOGLIONO
3 CUOCHI



3 CUOCHI UNISCE TRE GENERAZIONI
NEL SEGNO DELLA QUALITÀ
DAL 1935



COURTESY LA RANOCCHIAIA



Chianti Classico non solo vino

LA SECONDA TAPPA TRA I LUOGHI
"SACRI" DELL'OLIO DOP ITALIANO
È IN TOSCANA, TRA VIGNE E ULIVETI
CON UNA STORIA MILLENARIA
E UNA FAMA PLANETARIA

a cura di Silvia Bombelli, testo di Luciana Squadrilli,
ricetta di Claudia Compagni

È famoso in tutto il mondo per essere uno dei territori vitivinicoli più vocati e pregiati, con una grande storia e un marchio riconosciuto: il Chianti Classico, situato tra Firenze e Siena. Qui la vite e l'olivo, presenti dall'antichità, si sono diffusi soprattutto in epoca medievale, impiantati al posto dei boschi di querce e castagni che ricoprivano le colline. È del 1398 la prima menzione del vino Chianti e al Medioevo risale anche la leggenda che dà origine al simbolo del Chianti Classico e delle sue Dop, tanto del vino che dell'olio extravergine: il gallo nero. Si dice che fu proprio quest'animale a permettere agli scaltri Fiorentini di vincere una sfida di velocità contro i Senesi conquistando una maggiore estensione territoriale. Nella seconda metà del '700, questo fu

anche il cuore della rinascita agraria della Toscana portata avanti dal Granduca Pietro Leopoldo, della casata degli Asburgo-Lorena che subentrò alla famiglia medicea. Era stato invece Cosimo III de' Medici, già nel 1716, a delimitare ufficialmente i territori toscani più vocati alla produzione di vini di qualità con un bando che sanciva i confini di questa precisa zona tra Siena e Firenze, differenziandola dal più ampio Chianti: si stabiliva così di fatto la prima "denominazione d'origine" ante litteram della storia italiana. Anche grazie alla sua lungimiranza, dalla fine dell'800 il vino e l'olio del Chianti Classico si sono affermati nel mondo. Se il primo è ben noto a tutti, il secondo non è certo da meno. Il Consorzio Olio Dop Chianti Classico, che oggi conta circa 250 soci, nacque nel 1975 sulla scia del Consorzio Vino Chianti Classico. Ad esso si deve il

UN MUSEO DEDICATO

Nel centro medievale di Castellina in Chianti, il Museo Archeologico del Chianti Senese racconta la storia più antica del territorio con reperti e documenti raccolti tra Castellina, Gaiole, Radda e Castelnuovo. Nella sezione dedicata a vite e olivo sono esposti molti materiali che testimoniano la presenza di queste coltivazioni e dei prodotti derivati fin dall'epoca etrusca (museoarcheologicochianti.it).

OTTIMI GUSTI ANTICHI

Grandi estimatori della buona tavola e anche dell'ottimo olio d'oliva, gli antichi Romani avevano persino stilato una classificazione di questo prodotto in base alla qualità. Si distinguevano l'*oleum ex albis ulivis*, dalla spremitura delle olive verdi, l'*oleum viride* da olive raccolte a maturazione già iniziata, l'*oleum maturum*, da olive ben mature, l'*oleum caducum* da olive cadute a terra (quelle che oggi si definiscono "di cascola") e l'*oleum cibarium*, ottenuto da olive ormai quasi passite e destinato agli schiavi.

TORTINO DI CARCIOFI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
15 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA
20 MINUTI
300 CAL/PORZIONE

6 carciofi – 6 uova – 50 g di pecorino toscano stagionato – 1 mazzetto di prezzemolo – 1 limone – olio extravergine d'oliva Chianti Classico Dop – sale – pepe nero

1 Mondate carciofi, staccate gambi, eliminate la parte esterna fibrosa e riducete a fettine la parte interna chiara. Mettetele in acqua acidulata con il succo di limone. Eliminate le foglie esterne, le punte dei carciofi e il fieno e riduceteli in 12 spicchi ognuno. Tuffateli man mano in acqua acidulata.

2 Sgocciolate i carciofi, cuoceteli in acqua salata ebollizione per 6-7 minuti circa, scolateli e trasferiteli in una ciotola. Unite 2 uova sbattute con il pecorino grattugiato, una presa di sale e una macinata di pepe. Lasciateli riposare per 30 minuti.

3 Versate 4 cucchiari di olio in una padella antiaderente che possa andare in forno, scaldatela su fiamma moderata, versate i carciofi con il composto di uova pecorino; quindi unite le uova rimaste, sbattute a parte, con una presa di sale.

Cuocete per 5 minuti su fiamma bassa fino a che le uova si sono rassodate sul fondo e sui lati. Passate sotto il grill del forno finché la superficie del tortino sarà dorata. Servite con un cucchiaino di foglie di prezzemolo spezzettate e una macinata di pepe.



Scelti per la nostra ricetta

Dievole – Chianti Classico Dop Castelnuovo Berardenga (Siena)

Questo blend di Frantoio, Leccino e Moraiolo è un fruttato medio armonioso, equilibrato tra amaro e piccante, con note di erba e di mandorla. Perfetto con carpacci di carne, zuppe di legumi, primi piatti con carciofi (bottiglia 500 ml, 15 euro).

Frantoio Pruneti – Equilibrato DOP San Polo in Chianti (Firenze)

Blend di Leccino, Moraiolo, Frantoio e altre varietà minori, è un fruttato medio con note di carciofo, ravanella, pepe nero e mandorla tostata. Versatile, si sposa bene con ogni tipo di piatto, dalle insalate ai sughi a base di carne o pesce (bottiglia 500 ml, 18,90 euro).

La Ranocchiaia – Olio Extravergine di Oliva DOP Chianti Classico San Casciano in Val di Pesa (Firenze)

Fruttato medio, con amaro e piccante di media intensità e in buon equilibrio. Consigliato per condire zuppe di legumi, carni e pesci non troppo saporiti o pinzimonio (bottiglia 500 ml, 14,90 euro).



Piatti di Caterina Von Weiss, padella di De Buyer, coltello 100FA Vintage Milano. Indirizzi a pag. 122

FELICE SCOCCIMARRO

Paté

NUOVO LANCIO

Linea
Paté e
Hummus

Gustoso, facile da applicare e sfizioso.

È ideale per la preparazione creativa di crostini e tartine, ottimo per dare maggior sapore ai finger food, primi e secondi piatti.

Il gusto e il profumo rimandano ai luoghi autentici da cui derivano gli ingredienti e rendono il Paté un prodotto unico, come se fosse preparato in casa.

Sono prodotti pronti da gustare, le confezioni in versione squeeze sono pratiche e dotate di apertura facilitata, con tappo salva freschezza.

Voglia creativa, scegli Madama Oliva!

Pomodori ripieni
di Riso al Paté Piccante



Seguici sul nostro sito e sui social per rimanere informato sulle novità o per consultare le ricette.
www.madamaoliva.it



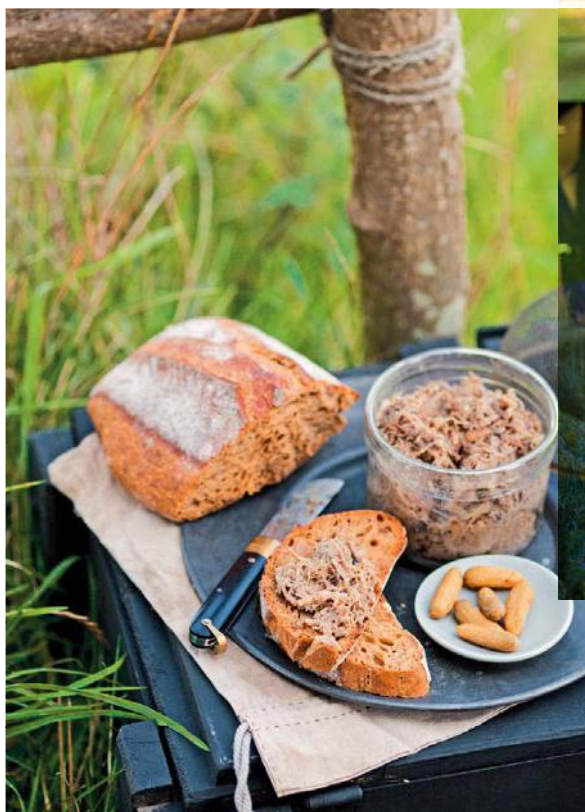
Madama Oliva



Weekend IN CAMPAGNA

I PRIMI TIEPIDI GIORNI DI
MARZO INCORAGGIANO
A UN'USCITA FUORI PORTA,
PER RIUNIRSI IN FAMIGLIA
ATTORNO A UNA TAVOLA
ALL'APERTO, RICCA DI SFIZI
E RUSTICHE BONTÀ

testi di Cristiana Cassé, servizio di David Japy/Sunray Photo
e archivio Sale&Pepe, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi

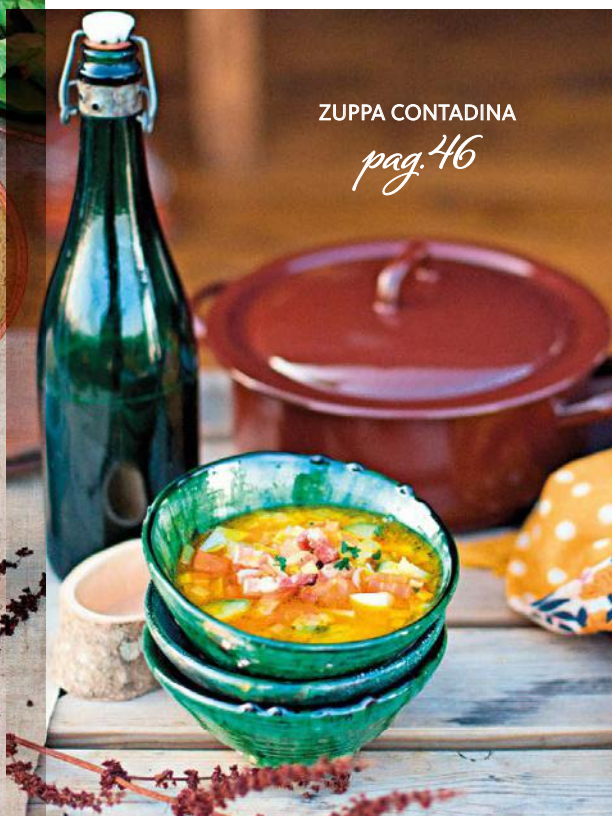


RILLETTE D'ANATRA

pag. 46

i formaggi

Per iniziare, servite un piccolo cabaret di formaggi morbidi e saporiti: caprini e robiole stagionati, piccole tome a crosta fiorita, taleggio o altri ancora, secondo la produzione locale. Accompnate con frutta (anche secca) e pane casereccio.



ZUPPA CONTADINA

pag. 46

Primi accenni di primavera e torna possente il desiderio di stare nella natura, di dormire altrove, di mangiare all'aperto, appena lambiti da un timido sole. Per celebrare il momento vale la pena di eccedere, con un menu ricchissimo e vario, che può essere composto a piacere con piccoli assaggi di tutto oppure anche giocato su due giorni.

Fate la spesa sul posto

Formaggi, verdure, carni... in campagna hanno un sapore diverso. Per non parlar del pane, da scegliere rustico e croccante: servirà per accompagnare un

ricco vassoio di formaggi e la rilette d'anatra (una ghiotta preparazione della cucina rurale francese). Su questa bisogna dire due parole: ha una cottura lenta e un riposo lungo, ma con il vantaggio che gli ingredienti sono pochi, la realizzazione è semplicissima e il gusto si rivela divino; varrebbe la pena di farne due vasi e congelarne uno. Se volete avere un'esperienza gustativa davvero impareggiabile, servitela a temperatura ambiente sul pane tiepido (e tenetene un po' per la merenda). Vista la location e la temperatura non ancora così mite, tra i primi non può mancare una minestra dell'orto nella sua forma più corroborante: il brodo non è vegetale ma di pollo e tra carote e zucchine si nascondono delle adorabili fettine di pancetta croccante.

segue >





RIGATONI CON RAGÙ
DI TRE CARNI
pag. 46



POLLO AL MIELE
CON LE MELE
pag. 46

CROSTATATA AI FUNGHI

pag. 48



PATATE ALLA PANCETTA

pag. 48



PLUMCAKE ALLE MELE

pag. 48

**Arrivano i pezzi forti**

Tra i primi piatti, la seconda proposta prevede una pastasciutta "importante" e goduriosa, condita con un ragù di manzo, agnello e maiale alla vecchia maniera: le carni non sono macinate, ma cuociono fino staccarsi dagli ossi e a disfarsi. I secondi si annunciano invece con un gustoso pollo ruspante caramellato al miele (e sfumato alla birra bianca) con le mele: è divino nei suoi contrasti dolce-salato, croccante-morbido. Fanno da contorno le patate nuove, prima sbollentate, poi vestite con la pancetta affumicata e infine dorate sulla piastra (più sono piccole, più il morso è goloso). In alternativa alla carne, la ricca torta salata ai funghi: in un guscio di pasta brisée trovano accoglienza una miscela di uova, panna e parmigiano e un mix di funghi trifolati. Potete usare quelli congelati, ma ancor meglio sarebbe andar per ortolani e acquistare marzuoli, prugnoli, gambesecche, spugnole.

Dolci della nonna per tutti

Dopo pranzo, a merenda, a colazione: ecco due delizie d'altri tempi che sono buone sempre. Un sofficcissimo plumcake alle mele (ridotte a cubettini e mescolate nell'impasto) con sopra un fantastico

caramello di burro, zucchero e cannella; e poi un clafoutis con pere e more che si scioglie letteralmente in bocca. Due meraviglie della tradizione rurale, davvero facili da preparare, che fanno tornare bambini come d'incanto. E in fondo è proprio questo lo scopo del weekend.

MENU**Rillettes d'anatra**

DURA 2 GIORNI IN FRIGO (OLTRE AI TEMPI DI RAFFREDDAMENTO) E PUÒ ESSERE CONGELATA.

Zuppa contadina

DURA 1 GIORNO IN FRIGO: MEGLIO RISCALDARLA PER LA PRESENZA DELLA PANCETTA.

Rigatoni con ragù di tre carni

IL RAGÙ DURA 2 GIORNI IN FRIGO.

Pollo al miele con le mele

DURA 2 GIORNI IN FRIGO. RISCALDATELO IN FORNO STATICO A 140° PER 10 MINUTI.

Patate alla pancetta

VANNO FATTE AL MOMENTO, MENTRE CUOCETE O RISCALDATE IL POLLO.

Crostata ai funghi

DURA 2 GIORNI IN FRIGO IN UN SACCHETTO PER ALIMENTI. SERVITE A TEMPERATURA AMBIENTE.

Plumcake alle mele

COME LA CROSTATATA AI FUNGHI.

Clafoutis alla frutta

VA PREPARATO AL MOMENTO: CUOCETELO MENTRE MANGIATE.



RILLETTE D'ANATRA

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 3 ORE
575 CAL/PORZIONE

1 anatra da 1,5 kg ridotta in pezzi con la pelle e il gasso a parte – 500 g di pancetta in un unico pezzo – 1 cipolla grande – 2 rametti di timo – 1 cucchiaino di misto “4 spezie” (pepe, noce moscata, zenzero e chiodi di garofano) – 1 cucchiaino colmo di sale grosso – 1 cucchiaino raso di pepe in grani

1 Pulite la cipolla e riducetela in quarti. Tagliate la pancetta di maiale a cubetti grandi. Mettete cipolla e pancetta in una casseruola con i pezzi d'anatra, la pelle, il grasso, il timo, il sale, il misto di spezie, il pepe in grani e 3 dl di acqua. Portate a ebollizione, poi abbassate la fiamma e lasciate sobbollire per 3-4 ore (finché la carne si stacca dagli ossi) mescolando di tanto in tanto.

2 Prelevate la carne e mettetela a scolare in uno scolapasta. Una volta fredda, staccatela dagli ossi, sminuzzatela e disponetela in un vasetto capiente o in una scatola ermetica; pressatela leggermente.

3 Prelevate un mestolino di grasso dal fondo di cottura e versatelo sulla rilette, poi mettetela in frigo coperta per almeno un giorno perché si compatti.

ZUPPA CONTADINA

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
580 CAL/PORZIONE

1 cipolla – 3 porri – 2 rape – 3 carote – 1/2 sedano rapa – 3 zucchine – 4 fette spesse di pancetta affumicata – 1,3 litri di brodo di pollo – 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Pulite e lavate tutti gli ortaggi. Tritate cipolla e porri. Tagliate a dadini rape, carote e sedano rapa. Riducete le zucchine a fettine e poi spezzettatele.

2 Tritate grossolanamente la pancetta, fatela soffriggere in un tegame e, quando sarà ben dorata, aggiungete la cipolla e l'olio. Lasciate rosolare per 5 minuti, poi unite i porri e proseguite la cottura per altri 5 minuti. Aggiungete le verdure, tranne le zucchine, salate, pepate e cuocete coperto a fuoco basso per 10-15 minuti mescolando ogni tanto.

3 Bagnate con il brodo e portate a ebollizione. Unite le zucchine e cuocete ancora per 10 minuti.

RIGATONI CON RAGÙ DI TRE CARNI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 3 ORE E 20 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

480 g di rigatoni – 250 g di reale di manzo – 250 g di coscia d'agnello – 250 g di costine di maiale – 40 g di pecorino in scaglie – 400 g di polpa di pomodoro – 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro – 2 cipolle – 1 spicchio d'aglio – 1 mazzetto di basilico – 1 peperoncino rosso secco – 1 dl di vino rosso – olio extravergine d'oliva – sale

1 Sbucciate e tritate le cipolle. Tagliate a dadi la carne di manzo e di agnello e rosolatele in padella, senza condimento, insieme alle costine, poi sfumate con il vino e lasciatelo evaporare. Trasferite carni e condimento in una casseruola e tenete da parte.

2 Mettete nella padella (senza pulirla) l'aglio sbucciato e schiacciato e il peperoncino e rosolateli con 2 cucchiaini d'olio. Aggiungete le cipolle tritate,

salatele e lasciatele appassire. Quindi unite il concentrato di pomodoro, mescolate e cuocete per qualche minuto. Aggiungete la polpa di pomodoro e qualche foglia di basilico e proseguite la cottura per 4-5 minuti. Versate la salsa ottenuta nella casseruola della carne e fate sobbollire il tutto a fuoco lento per 3 ore.

3 Intanto, lessate i rigatoni in abbondante acqua bollente salata, sgocciolateli e conditeli con il ragù. Disponeteli nei piatti e completate con il pecorino e qualche foglia di basilico.

POLLO AL MIELE CON LE MELE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 40 MINUTI
350 CAL/PORZIONE

1 pollo ruspante grande tagliato a pezzi – 2 mele morbide (tipo Golden) – 3 cipolle – 3 dl di birra bianca – 1 cucchiaino di miele – 1 mazzetto aromatico – 1 cucchiaino di misto “4 spezie” (pepe, noce moscata, zenzero e chiodi di garofano) – 15 g di burro – 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva – sale

1 Pulite le cipolle e affettatele. Salate i pezzi di pollo. Sbucciate le mele, detorsolatele e tagliatele in 6-8 spicchi. Fatele rosolare in una casseruola con 1 cucchiaino di olio e metà del burro finché saranno dorate, poi trasferitele in una ciotola e tenetele da parte.

2 Eliminate il grasso dalla casseruola, aggiungete l'olio e il burro restanti e fatevi dorare i pezzi di pollo. Unite le cipolle, il mix “4 spezie”, il miele e il mazzetto aromatico e cuocete per 8 minuti. Sfumate con la birra, lasciatela evaporare, coprite e proseguite la cottura a fuoco basso per 1 ora.

3 Infine, aggiungete le mele e cuocete ancora per 15 minuti: durante questo tempo, assaggiate il fondo e regolate di sale se necessario.



BERE GIUSTO

IN QUESTO MENU SONO TRE I MOMENTI PER GRATIFICARE LA RELAZIONE TRA IL CIBO E IL VINO. IL PRIMO LO AFFIDIAMO A UN LAMBRUSCO ROSATO FRIZZANTE OTTENUTO CON FERMENTAZIONE NATURALE IN BOTTIGLIA: È IL COMPENDIO IDEALE PER L'APPETITOSA GRASSEZZA DELLA PANCETTA SULLA MINESTRA, INOLTRE ACCOMPAGNA LA MORBIDA DENSITÀ DELLA RILLETTE. IL SECONDO MOMENTO MERITA UN ROSSO BRESCIANO, L'ERBANNO, DALLA GRINTOSA VITALITÀ CHE CONTRASTA SENZA OFFENDERE LA SUCCULENTA TENSIONE DELLA PASTA E LA RICCHEZZA DELLA RICETTA CON LA BIRRA E LE MELE. ALLA SOFFICE TATTILITÀ DELLE DUE TORTE RISERVIAMO L'EQUILIBRIO TRA IL SAPORE AMABILE E LA FRESCHEZZA DI UN MOSCATO ROSA DELL'ALTO ADIGE.

CLAFOUTIS
ALLA FRUTTA

pag. 48



WHAT IS AVAXHOME?

AVAXHOME-

the biggest Internet portal,
providing you various content:
brand new books, trending movies,
fresh magazines, hot games,
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site

AVX LIVE . ICU

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>



PATATE ALLA PANCETTA

FACILISSIMA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
490 CAL/PORZIONE

18 patate novelle – 9 fette di pancetta affumicata – 250 g di robiola fresca – 1 mazzetto di salvia – 1 cucchiaino di erbe aromatiche tritate (prezzemolo ed erba cipollina) – 1 cucchiaino di senape – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate le patate, mettetele in una pentola colma d'acqua salata e cuocetele per 12 minuti dal momento dell'ebollizione: verificate che siano morbide incidendole con la punta di un coltello. Sgocciolatele e lasciatele intiepidire.

2 Mettete le foglie di salvia in una ciotola, irroratele con un po' d'olio e ungetele bene. Tagliate le fette di pancetta a metà nel senso della lunghezza e avvolgete ciascuna striscia intorno a una patata. Infilate le patate su 5-6 spiedi alternandole alle foglie di salvia. Ungete leggermente una piastra, scaldatela e arrostiteli le patate su ambo i lati finché saranno dorate; salatele e pepatele.

3 Servitele calde insieme al formaggio lavorato a crema con le erbe tritate, la senape e un filo d'olio.



CROSTATA AI FUNGHI

MEDIA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA
490 CAL/PORZIONE

per la pasta brisée 250 g di farina + quella per il piano e la teglia – 125 g di burro tagliato a dadini + quello per la teglia – 1 tuorlo – 1 cucchiaino raso di sale
per la farcitura 500 g di funghi misti (anche surgelati) – 4 uova e 1 tuorlo – 4 dl di panna – 50 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato – 1 mazzetto di prezzemolo – 1 scalogno – 2 spicchi d'aglio – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Preparate la pasta brisée. Diluite il sale in 5 cl d'acqua. Versate la farina in una ciotola capiente,

create una cavità al centro e disponetevi il burro, l'acqua salata e il tuorlo. Lavorate il tutto prima con la punta delle dita e poi a piene mani, solo per il tempo necessario a ottenere un impasto omogeneo: se risulta troppo asciutto, aggiungete poca acqua. Avvolgetelo nella pellicola e fatelo riposare in frigo per almeno 30 minuti.

2 Stendetelo con il matterello su un piano infarinato a uno spessore di circa 4 mm e adagiatelo in una tortiera a cerniera di 18x24 cm imburrata e infarinata, in modo da coprirne il fondo e i bordi. Disponete un foglio di carta forno sulla pasta, ricopritelo con legumi secchi e cuocete in forno caldo a 180° per 10 minuti. Rimuovete fagioli e carta e proseguite la cottura per 10 minuti.

3 Intanto, preparate la farcitura. Private i funghi delle radichette, puliteli con un panno umido e affettateli. Sbucciate lo scalogno, tritatelo e soffriggetelo in padella con 1 cucchiaino di olio d'oliva. Unite i funghi e l'aglio in camicia schiacciato, salate e pepate: cuocete finché quando i funghi saranno ben rosolati; lasciate intiepidire. Sbattete le uova e il tuorlo con la panna e il parmigiano, aggiungete i funghi, pepate e regolate di sale. Versate il composto nel guscio di pasta e infornate per 40 minuti.

PLUMCAKE ALLE MELE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
350 CAL/PORZIONE

100 g di farina autolievitante – 2 mele croccanti (tipo Pink Lady) – 25 g di farina di mandorle – 70 g di zucchero – 1 uovo – 1/2 dl di latte – 4 cucchiaini

di olio extravergine d'oliva – 1 pizzico di sale – burro e farina per lo stampo per il croccante 50 g di burro – 50 g di zucchero – 1 uovo – 1/2 cucchiaino di cannella

1 Preparate il plumcake. Sbucciate le mele, detorsolatele e tagliatele a cubetti. Sbattete l'uovo con lo zucchero. Aggiungete l'olio, il latte e il sale, poi la farina e infine la farina di mandorle. Incorporate le mele e versate il composto in uno stampo da plumcake da 1 litro imburrato e infarinato. Cuocete in forno caldo a 180° per 25 minuti.

2 Preparate il croccante. Fate sciogliere il burro e lo zucchero in una casseruola. Lasciate intiepidire e poi unite la cannella e l'uovo. Sbattete energicamente e tenete da parte.

3 Sfornate il plumcake, ricopritelo con il composto preparato, alzate la temperatura del forno a 240° e cuocete ancora per 8 minuti.

CLAFOUTIS ALLA FRUTTA

FACILISSIMA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
350 CAL/PORZIONE

130 g di farina di mandorle – 140 g di zucchero di canna – 20 g di amido di mais – 3 uova e 1 tuorlo – 1,2 dl di panna – 2 pere – 125 g di more o altri frutti di bosco a piacere – 10 g di zucchero a velo – burro e zucchero per lo stampo

1 Sbucciate le pere, detorsolatele e riducetele a fettine. Sbattete le uova e il tuorlo con lo zucchero di canna e la panna. Quindi aggiungete l'amido di mais e la farina di mandorle mescolando con una spatola.

2 Versate il composto in uno stampo imburrato e zuccherato e disponetevi sopra le pere e i frutti di bosco.

3 Cuocete in forno caldo a 180° per 40 minuti. Cospargete il clafoutis con lo zucchero a velo solo al momento di servire.



Mozzarella Armonia.
Il nostro Alto Adige. Nel cuore.



Dai nostri alti pascoli nasce Mozzarella Armonia, accordo perfetto tra benessere, gusto e corretta alimentazione.
Con il **40% di sale e di grassi in meno*** soddisfa chi vuole restare in forma e gli sportivi esigenti.
È prodotta con purissimo **latte 100% Alto Adige** senza OGM.

brimi.it  

* rispetto alla media dei prodotti simili presenti sul mercato. www.brimi.it

IL PARADISO DELLE MELE



Chi ha detto che il Paradiso non esiste, non è mai stato in Val Venosta.

Un mondo fantastico dove i sapori, i colori, gli agricoltori e i prodotti della terra sono i protagonisti di una magia buona, croccante ma soprattutto naturale. Mele così buone e genuine non possono che venire dal Paradiso delle Mele.

vip.coop

se il cibo cambia la terra

BUONE AZIONI PER VIVERE MEGLIO

di Silvia Bombelli

BIODIVERSITÀ CREATIVA

Semi da chef

Il neonato collettivo di agroimprenditori Manna Organic Italia sostiene la biodiversità riscoprendo varietà rare di ortaggi ed erbe come le *Mertensia* e *Rungia klossii*, (che profumano di ostriche e funghi) e le coltiva con metodi naturali senza fertilizzanti. I prodotti sono richiesti anche dagli chef: 600 varietà e 150 specie (mannaorganicitalia.com).



IL RICICLO SI IMPARA ECO-LEZIONI

Per sensibilizzare i bambini sull'importanza del riciclo, Ferrarelle, azienda italiana molto attenta ai temi ambientali che produce e utilizza bottiglie di plastica rigenerata, lancia un progetto divertente per 1.000 scuole sull'arte del riciclo. Schede didattiche, video interattivi con gli irresistibili influencer di Me contro Te, tanti premi e dotazione scolastica per piccoli ecologisti (ferrarelleprogettoscuola.it).



ortofrutta IL MADE IN ITALY AMBIENTALISTA

Contro il cambiamento climatico scendono in campo anche i produttori ortofrutticoli da tempo impegnati nella riconversione delle colture in chiave sostenibile. Per esempio, praticando la lotta ai parassiti con specie antagoniste come le coccinelle o le vespe samurai, innocue per l'uomo ma letali per le devastanti cimici asiatiche. Per mostrare i risultati di tanto lavoro l'associazione Apo Conerpo (6 mila produttori ortofrutticoli su 30mila ettari per 1 milione di tonnellate di prodotti annui) e Legambiente hanno presentato l'eco-rapporto sulle politiche ambientali 2020 del comparto. I dati sono confortanti: 400.000 tonnellate di CO2 assorbite dai frutteti; riduzione del 30% di acqua e del 70% di energia per distribuirla grazie all'irrigazione a bassa pressione; più pannelli fotovoltaici e un biodigestore per trasformare i rifiuti organici in energia. Inoltre, 4mila tonnellate di ortofrutta invenduta sono state distribuite ai bisognosi o trasformate (apoconerpo.com).

AZIENDE RESPONSABILI

OLIO GREEN

La nuova frontiera delle aziende sostenibili è fare benefit: oltre a ridurre l'impatto ambientale, bisogna migliorare la qualità di vita per dipendenti e comunità. Fratelli Carli, da anni in prima linea per la rigenerazione ecologica nel settore food, è un bell'esempio: ha ottenuto 98 punti su 100 dall'autorevole ente certificatore internazionale B(enefit) Corporation (oliocarli.it).

FIANCO A FIANCO

Filiera inclusiva

Dopo il successo dei "black friday" gastronomici antispreco, Cortilia ha pensato a un'iniziativa solidale a sostegno delle piccole realtà in difficoltà per le mancate vendite in tempi di pandemia (come i fornitori di ristoranti e bar).

Nella categoria Fianco a Fianco del sito sono messi in evidenza i prodotti di queste aziende: piatti pronti, latticini (anche senza lattosio), vini e birre che aspettano solo di essere scoperti da nuovi clienti golosi e solidali (cortilia.it).





deglassare è un'arte

IL BELLO E IL BUONO DI RECUPERARE I SUCCHI E GLI ZUCCHERI CARAMELLIZZATI DURANTE LA COTTURA. UN'OPERAZIONE TUTT'ALTRO CHE BANALE CON CUI PREPARARE SUCCULENTE E IRRESISTIBILI SALSINE. PER RICETTE DOLCI E SALATE

a cura di Alessandro Gnocchi, ricette e styling di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi

POLLO E SCALOGNI
ALL'ACETO
pag. 59





ARROSTO DI VITELLO AL KARKADÈ

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 12 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

800 g di scamone di vitello – 2 ciuffi di salvia – 1 spicchio d'aglio – 800 g di patate novelle – 1 bicchiere di brodo – 1 bustina di karkadè per infuso – 1/2 cucchiaino di amido di mais – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

Tanto per cominciare, diciamo che deglassare non consiste nel semplice espediente di allungare con un liquido qualsiasi il condimento formato durante la preparazione di cibi arrostiti o rosolati. La deglassatura è, piuttosto, una tecnica culinaria che prevede il recupero della parte asciugata del fondo di cottura in modo da ottenere una nuova salsa. Richiede pochi e brevi passaggi, ma va compiuta secondo regole precise che permettono di concentrare ed esaltare nel condimento i sapori dei cibi cucinati. Insomma, a suo modo, deglassare è un'arte. Il termine deriva dal francese *déglacer*, che in cucina indica l'operazione con cui si riportano allo stato fluido i succhi di un ingrediente caramellizzati e rappresi sul fondo del recipiente a causa della naturale presenza di zuccheri e del calore di cottura.

Prima di iniziare – con un cucchiaino o un colino – è meglio eliminare l'eventuale grasso in eccesso perché contrasterebbe l'azione del liquido di deglassatura. Quindi, si procede al recupero dei succhi rappresi unendo vino, brodo, liquore o succo di agrume che li sciolgono e li trasformano in una salsa. In questa fase è opportuno che la padella sia calda in modo che il composto giunga presto a bollore senza disperdere l'aroma e senza formare grumi. Si procede quindi a fuoco basso fino a quando la salsa acquista la consistenza desiderata. Se necessario, può essere passata al colino per renderla più vellutata. Prima di regolare di sale ed eventualmente pepare, è bene assaggiarla perché di solito è già abbastanza saporita. Per rendere il composto più denso e cremoso si possono aggiungere farina o amido di mais, mescolando molto bene per evitare la formazione di grumi.

1 Tritate le foglie di salvia, l'aglio sbucciato e 3 grani di pepe; strofinate la carne con metà del trito, avvolgetela in pellicola e fate riposare 2 ore al fresco.

2 Eliminate il trito dalla superficie della carne e rosolatela in una teglia da forno con un filo d'olio, girandola più volte in modo che prenda colore su tutti i lati. Salate la carne e cuocete nel forno a 180° per 1 ora, aggiungendo (dopo 30 minuti) anche le patate ben lavate, tagliate a metà e condite con sale e un filo d'olio. Girate la carne un paio di volte durante la cottura, bagnando eventualmente con poco brodo caldo se il fondo tende ad asciugare.

3 Preparate l'infuso di karkadè come indicato sulla confezione, per ottenerne 2 bicchieri. In un bicchiere di infuso caldo versate l'amido di mais stemperato in poca acqua. Sfornate arrosto e patate, prelevateli dalla teglia e teneteli in caldo. Mettete la teglia sulla fiamma e deglassate il fondo con il bicchiere di karkadè privo di amido di mais; poi unite il karkadè con l'amido. Fate legare su fiamma bassa qualche minuto, regolate di sale e pepate; unite patate e carne. Fate soffriggere 3 minuti il trito rimasto in poco olio. Distribuite sulla preparazione e servite.



BONTÀ DI STAGIONE DEGLASSARE È UN'ARTE



TRINCI DI PESCATRICE
E FINOCCHI ALLE OLIVE

pag. 59



INVOLTINI DI MAIALE,
SPECK E LATTUGA
AI LAMPONI
pag. 59

BONTÀ DI STAGIONE DEGLASSARE È UN'ARTE



MANGO ALLA SALVIA
CON CREMA CHANTILLY
AL LIME



MANGO ALLA SALVIA CON CREMA CHANTILLY AL LIME

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
240 CAL/PORZIONE

2 mango non troppo maturi – 2 ciuffi di salvia – 20 g di burro – 1 lime non trattato – 1/2 bicchiere di tè nero – 1/2 cucchiaino di amido di mais – 160 ml di panna fresca – 100 g di crema pasticcera – 1 cucchiaino di zucchero a velo

1 Sciacquate i mango, pelateli e tagliateli a fettine. Sciogliete il burro in una padella, aggiungete le foglie di salvia lavate e asciugate e quindi fatevi rosolare le fettine di mango preparate; unite anche 1/2 cucchiaino di zucchero a velo, in modo che caramellizzino leggermente. Spremete il lime e tenete succo e buccia da parte.

2 Prelevate il mango caramellizzato dalla padella e asciugate un po' il grasso in eccesso tamponando con carta da cucina. Aggiungete il succo di lime tenuto da parte e circa metà del tè, deglassando il fondo caramellizzato, aiutandovi con una spatola di silicone.

3 Stemperate l'amido di mais in una ciotolina con il tè rimasto, aggiungendolo poco alla volta; versate la miscela nella padella e legare il fondo riscaldandolo a fiamma bassa. Montate la panna con lo zucchero a velo rimasto e unitela delicatamente alla crema pasticcera; profumate con una grattata di scorza di lime tenuta da parte e servite in accompagnamento al mango.

POLLO E SCALOGNI ALL'ACETO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
390 CAL/PORZIONE

8 sovraccosce di pollo – 4 scalogni – 1 mazzetto di timo – 1/2 bicchiere di aceto – 120 g di panna acida – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Rosolate i pezzi di pollo in una padella con un filo d'olio e gli scalogni sbucciati e tagliati a metà; girate tutti i pezzi più volte in modo che prendano un bel colore dorato, quindi salate, pepate, unite qualche rametto di timo, coprite e fate cuocere per circa 30 minuti, bagnando con poca acqua calda se il fondo dovesse asciugarsi.

2 Togliete carne e scalogni dalla padella e teneteli da parte; versatevi l'aceto caldo per sciogliere le parti caramellate sul fondo aiutandovi con una spatola di legno o di silicone.

3 Aggiungete anche la panna acida e un po' di acqua calda per ottenere una salsa non troppo fluida; quindi regolate di sale e profumate con il pepe. Unite nuovamente il pollo e gli scalogni e fate insaporire per qualche minuto a fiamma bassa e servite.

TRINCI DI PESCATRICE E FINOCCHI ALLE OLIVE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
460 CAL/PORZIONE

4 tranci di pescatrice – 2 finocchi – 100 g di olive – 1 mazzetto di prezzemolo – 1 mazzetto di dragoncello – 1 spicchio di aglio – 1 pezzo di scorza di limone non trattato – 40 ml di vermouth bianco – 1/2 bicchiere di vino bianco – 2 cucchiaini di farina – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Tritate l'aglio sbucciato, la scorza di limone a pezzetti, il prezzemolo e il dragoncello lavati e asciugati, poi unite il trito alla farina e mescolate; cospargete con il composto i tranci di pesce, un po' per lato, in modo da ricoprirli in maniera uniforme.

2 Scaldate un filo d'olio in un tegame e rosolatevi i finocchi puliti e tagliati a spicchi aggiungendo un pizzico di sale; toglieteli dal tegame quando saranno quasi cotti e teneteli da parte. Rosolate nel tegame anche i tranci di pescatrice, 2-3 minuti per lato, quindi togliete anche questi dal tegame e teneteli da parte.

3 Intanto, in un pentolino, fate bollire il vermouth e il vino bianco e fate ridurre la miscela di 1/3. Versate la riduzione nella padella con il fondo di cottura e fate

sciogliere le parti caramellate; poi aggiungete un mestolino di acqua calda, mescolate e unite il pesce e finocchi. Unite anche le olive, regolate di sale, pepate e lasciate insaporire sul fuoco a fiamma dolce per circa 2 minuti e servite.

INVOLTINI DI MAIALE, SPECK E LATTUGA AI LAMPONI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
490 CAL/PORZIONE

12 fettine sottili di lonza di maiale – 18 fettine di speck – 1 cespo di lattuga – 180 g di lamponi – 1 rametto di rosmarino – 1/2 bicchiere di vino bianco – 4 cucchiaini di aceto di lamponi (o aceto di vino rosso delicato) – 1 bicchiere di brodo – 1 cucchiaino di farina – 30 g di burro – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Battete le fettine di lonza tra due fogli di carta da forno leggermente unti d'olio, in modo da assottigiarle ancora e allargarle un po'. Sistemate su ogni fettina 1 pezzo di foglia di lattuga lavata e asciugata, 1/2 fetta di speck e 3 lamponi; arrotolate formando tanti involtini e chiudete ciascuno di questi avvolgendolo con una fettina di speck rimasto.

2 Scaldate un filo d'olio in una padella e rosolatevi gli involtini con il rosmarino; quando saranno ben coloriti, toglieteli dalla padella e, con un cucchiaino o un colino, eliminate l'eventuale grasso in eccesso. Quindi deglassate il fondo rimasto con il vino e l'aceto.

3 Lavorate brevemente il burro ammorbidito con la farina e stemperatelo nel fondo deglassato; unite anche il brodo caldo, poco alla volta, e fate legare per qualche minuto riscaldando su fiamma bassa.

4 Mettete gli involtini di nuovo nel tegame e fateli cuocere per altri 5 minuti, regolandoli di sale e profumando con una macinata di pepe; aggiungete i lamponi rimasti solo negli ultimi istanti di cottura. Servite con foglie di lattuga condite con sale, pepe e olio extravergine d'oliva.





formazione ai fornelli

Anna e Giancarlo Tagliaferri (a sinistra nella foto), del ristorante Chalet Engadina di Vilminore di Scalve (BG), hanno partecipato ai corsi per ristoratori del progetto Selvatici e Buoni, ideato da Fondazione UNA, Uomo, Natura, Ambiente (nella foto al centro il referente territoriale Luca Pelliccioli, medico veterinario) in collaborazione con l'università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo e altri istituti universitari. Fondazione UNA, di origine venatoria, getta un ponte tra il mondo della caccia, quello ambientalista e le istituzioni scientifiche, che collaborano a progetti di salvaguardia del territorio e della biodiversità.

La cucina del bosco

IL PROGETTO SELVATICI E BUONI PROMUOVE UNA FILIERA CONTROLLATA E SOSTENIBILE DELLA GROSSA SELVAGGINA. COME SCELTA GUSTOSA, NATURALE E SALUBRE CHE SUPPORTA I TERRITORI DI MONTAGNA

di Marina Cella, foto di Michele Tabozzi

CASERECCE AL GRANO SARACENO
CON RAGÙ DI DAINO E SPECK CROCCANTE

pag. 63



COSTATINE DI CERVO CON PATATA
SCHIACCIATA E SALSA ALL'AMARONE

pag. 64



Se fosse la selvaggina il cibo del futuro? Ne sono convinti gli ideatori del progetto *Selvatici e Buoni*, nato per valorizzare la carne dei grossi ungulati (cervi, camosci, caprioli, daini e cinghiali) e per promuoverne una filiera certificata e sostenibile. Finora sono stati organizzati corsi per i cacciatori e i ristoratori della Bergamasca, stilando il *Manifesto delle carni selvatiche*; oltre a studi sulla fauna in collaborazione con le università ed eventi gastronomici. Premesso che sulla caccia ci sono opinioni contrapposte, vediamo quali sono i *plus* della carne di selvaggina secondo gli organizzatori. In primo luogo è buona e saporita, ma senza quelle note spiccatamente “selvatiche” che, in passato, venivano mascherate da un uso abbondante di salse e spezie. Oggi, trattata con tecniche e attrezzature moderne, ed esaltata con preparazioni leggere (tartare, carpacci, mousse) e cotture rapide o a bassa temperatura, rivela grande versatilità e sfumature di gusto. Inoltre è sana e genuina perché proviene da animali liberi, che si nutrono di prodotti naturali senza mangimi e integrazioni: più magra e ricca di

Omega 3 di quella bovina, molto proteica e ottima fonte di ferro. Infine, è una carne sostenibile. Sia perché, rispetto agli allevamenti intensivi, ha minore impatto sull'ambiente e le emissioni nocive. Sia perché la caccia, se praticata in modo selettivo e controllato, secondo gli organizzatori contribuisce alla tutela della biodiversità. “Negli ultimi anni la popolazione dei grossi ungulati è esplosa, creando problemi di sicurezza, danni all'agricoltura e rischi sanitari”, spiega il medico veterinario Luca Pelliccioli, consulente del progetto. “I prelievi legali, normati dal Pacchetto Igiene europeo, sono necessari. Coinvolgere il mondo venatorio, insegnando ai cacciatori a rispettare l'animale e l'ambiente, può contribuire a risolvere il problema” conclude.

nelle cucine
di tutti i professionisti
e nella tua



Sanelli

COLTELLERIE SANELLI srl

23834 PREMANA (Lecco)

www.sanelli.com

MADE IN ITALY





1



Simile al cervo ma più piccolo e tozzo, il daiño non è autoctono in Italia ma è diffuso in quasi tutte le regioni, dove vive in popolazioni semiselvatiche, nutrendosi liberamente di quello che trova. La sua carne è molto ricercata, magra e di color rosso scuro, dal gusto delicato. È versatile, speciale per spezzatini, stufati e ragù.



6



3



4



5



7

CASERECCE AL GRANO SARACENO CON RAGÙ DI DAINO E SPECK CROCCANTE

PER 4 PERSONE
MEDIA
PREPARAZIONE 1 ORA
COTTURA 2 ORE

200 g di farina bianca – 100 g di farina di grano saraceno – 2 uova – 400 g di spalla di daiño – 1 carota media – 1/2 cipolla – 1 bicchiere di vino rosso – 50 g di concentrato di pomodoro – brodo vegetale – 1 cucchiaino di aromi tritati finemente (bacche di ginepro, alloro, rosmarino, salvia e licheni) + salvia e rosmarino – 100 g di speck tagliato a julienne – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Preparate il ragù. Con un coltello ben affilato tagliate la spalla di daiño, a fettine e poi a piccoli pezzi irregolari, più o meno grandi a seconda dei gusti.

2 Pulite le verdure, spellate la carota, sbucciate la cipolla e tagliatele a dadini con un coltello. Scaldare un po' d'olio in una padella e fate rosolare il trito con rosmarino e salvia.

3 Aggiungete la carne preparata e fate soffriggere.

4 Versate il vino, fate evaporare la parte alcolica, aggiungete il trito di aromi e il concentrato di pomodoro, regolate di sale, pepate, mescolate poi unite il brodo, coprite e cuocete il ragù per circa 2 ore a fuoco lento, mescolando di tanto in tanto.

5 Preparate le caserecce. Mescolate le due farine, disponetele a fontana sul piano di lavoro, aggiungete le uova sgusciate al centro e impastate fino a ottenere un composto omogeneo ed elastico. Formate un panetto e fate riposare per circa 1 ora. Riprendete il panetto e con una spatola prelevatene un pezzetto.

6 Allungatelo con le mani formando un rotolino lungo e sottile. Tagliatelo a pezzetti di circa 4 cm e arrotolateli con l'aiuto di uno stecchino. Proseguite allo stesso modo fino a esaurire l'impasto.

7 Quando il ragù è cotto, lessate le caserecce per qualche minuto in acqua bollente salata, scolatele con un mestolo forato e saltatele nella padella con il ragù. Fate abbrustolire lo speck in una padella con poco olio. Suddividete la pasta nei piatti e servitela con il ragù e qualche listarella di speck.





La carne di cervo è molto saporita ed è ottima sia per cotture brevi sia per abbinamenti agrodolci. È nel menu del ristorante Chalet Engadina della famiglia Tagliaferri (nella foto Giancarlo con la figlia Anna), che propone una cucina del territorio, attenta alla stagionalità, che guarda alla tradizione con spirito moderno.



COSTATINE DI CERVO, PATATA SCHIACCIATA AL TIMO E SALSA ALL'AMARONE

PER 4 PERSONE
FACILE
PREPARAZIONE 20 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 1 ORA

1,2 kg di costatine cervo – 1,5 kg di patate – timo fresco – rosmarino – ginepro – 1 litro di Amarone della Valpolicella – 2 carote – 1 cipolla – 50 g di miele – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Pulite le costatine mettendo da parte gli scarti. Fatele marinare con olio, sale, rametti di timo e rosmarino e bacche di ginepro per circa 2 ore.

2 Nel frattempo lavate le patate e lessatele in acqua bollente salata. Quando sono cotte, sbucciatele, schiacciatele con una forchetta e conditele con olio, sale e timo fresco. Trasferite una porzione di patate in un coppapasta rotondo, compattatele e toglietelo

in modo da formare un disco. Proseguite allo stesso modo formando altri 3 dischi di patate.

3 Preparate la salsa all' Amarone. Pulite e spellate le carote, sbucciate la cipolla e tagliate tutto a dadini. Fateli soffriggere in padella con un po' d'olio.

4 Aggiungete i ritagli di cervo tenuti da parte, bagnate con il vino, poi unite il miele e fate ridurre la salsa fino a ottenere una consistenza densa. Dovrà cuocere per almeno un'ora. Poi passatela attraverso un colino.

5 Scaldare una griglia e scolare le costatine.

6 Cuocete velocemente le costatine, lasciandole al sangue. Salate e pepate. Disponete su ogni piatto un disco di patate, appoggiate sopra 2 costatine ciascuno e completate con la riduzione all' Amarone.





Formaggi per tradizione dal 1955

Crema del Piave[®]

***Gustosa e delicata,
dal sapore unico
ed inconfondibile***



Crema del Piave, lo stracchino morbido e vellutato dal delicato sapore di latte che il Caseificio Tomasoni produce con cura e passione dal 1955.

Con la sua straordinaria cremosità racchiude tutta la storia del territorio e della tradizione veneta vocata all'artigianalità più genuina e sostenibile.

www.caseificiotomasoni.it

Caseificio Tomasoni

via Bovon, 3
31030 Breda di Piave TV

seguici su:  

legumi

DEI MONTI SIBILLINI

FAGIOLI GIGANTI, CECI QUERCIA, ROVEJA...
VARIETÀ DI ANTICA TRADIZIONE
E ALTISSIMO VALORE BIOLOGICO TENUTE
IN VITA DAI COLTIVATORI MARCHIGIANI

a cura di Cristiana Cassé, testi di Riccardo Lagorio, foto del servizio
di Felice Scoccimarro e dei piatti di Laura Spinelli,
ricette di Giovanna Ruò Berchera, in cucina Livia Sala



A sinistra, i fagioli Monachello prodotti dall'agriturismo Terre della Sibilla (Pievebovigliana, MC), dove si coltiva anche la roveja, un altro legume dimenticato. Qui sotto i campi di cicerchia biologica dell'Azienda agricola Valentini (Serra de' Conti, AN). Più in basso, Francesco Fortuni, dell'azienda agricola Lorenzo (Montemonaco, AP), con i suoi ceci quercia.



ZUPPA DI CICERCHIE

pag. 70



Qui sopra, una pianta di fagiolo gigante: a portarne avanti con passione la coltivazione è Antonio Filotei, un macellaio di Arquata del Tronto (AP).

FARECCHIATA DI ROVEJA
CON SALSA ALL'AGLIO
E ACCIUGHE

pag. 70



Qui sotto, la pasta di legumi dell'azienda agricola Monte Monaco (Amandola, FM): un modo diverso per gustare fave, lenticchie, ceci e piselli, oltre che una soluzione ideale per chi soffre di celiachia.



FAGIOLI GIGANTI
CON COTICHE

pag. 70



Qui sopra, la cicerchia di Luciano Valentini (Serra de' Conti, AN) in versione decorticata: ideata dalla figlia Sara, è molto apprezzata perché consente una notevole riduzione dei tempi di ammollo.



In occasione della Giornata mondiale dei legumi (che si celebra ogni 10 febbraio) il direttore generale della FAO, Qu Dongyu, ha definito questa famiglia di vegetali “i pezzi belli del puzzle”, evidenziandone la vasta gamma di varietà e l’adattabilità a terreni e climi molto diversi. Delle regioni italiane, le Marche sono tra le prime per produzione e consumo di legumi, oltre per impegno sul tema della biodiversità. Anche in forza di ciò, a giugno del 2020 l’Università Politecnica delle Marche è stata individuata come capofila del progetto europeo Increase (Intelligent Collections of food-legume genetic resources for european agrofood systems): ricerca volta a sviluppare la biodiversità agricola e a promuovere il consumo delle leguminose alimentari.

Un luogo adatto per conoscere da vicino i legumi marchigiani è il Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Ad Arquata del Tronto le coltivazioni di fagioli giganti venivano definite “pregiate” già negli anni Sessanta da Luigi Veronelli (volume *Umbria/Marche, Guide Veronelli all’Italia piacevole*, Garzanti editore). Lungo i terreni limosi del fiume Tronto, Antonio Filotei, macellaio nella frazione Pescara del Tronto, rasa al suolo dai terremoti del 2016 (sosteniamoarquata.it), ne perpetua la fama. I *fagioliù*, secondo la parlata locale, sono grandi una volta e mezza i fagioli bianchi di Spagna. “La raccolta avviene a ottobre e il consumo maggiore si registra durante le festività natalizie come ingrediente di zuppe”, spiega. “Si tratta di fagioli dal cuore cremoso, la cui gradevolezza è pari alla facilità di coltivazione: le piante si avvinghiano alle frasche con naturalezza e i baccelli si sgranano con agio”.

Verso nord si attraversano paesaggi in cui le pendici dei monti sono un mosaico di piccoli campi e boschi di querce e castagni. In meno di un’ora di auto, percorrendo la Grande Via Circolare dei Sibillini, si arriva a Montemonaco. Dalla frazione Cese, Francesco Fortuni indica il caratteristico profilo del monte Sibilla e il pianoro di Isola San Biagio, dove coltiva “la varietà locale di cece, detta quercia. La forma è irregolare, l’aspetto rugoso ricorda la corteccia degli alberi, la dimensione è minuta. Prima del consumo va lasciato in ammollo per molte ore, ma non s’ingrossa affatto”. Nell’ambiente incontaminato dei 1100 metri di Isola San

Biagio la coltivazione è naturalmente biologica e la terra brecciosa, nerastra e rossiccia, conferisce il caratteristico gusto di nocciola.

Ancora più a nord, ad Amandola, si trasformano i legumi in pasta. Sarebbe azzardato parlare di una novità, poiché la tradizione di questi luoghi, prima del boom economico degli anni Sessanta, prevedeva che la farina di frumento fosse di regola mescolata con quella di legumi. La farina di cereali era infatti un bene raro e costoso. È il mercato dei veri o presunti celiaci o intolleranti al glutine “a permettere una produzione su larga scala”, spiega il direttore di produzione Franco Jommi. Ma è la nascita del pastificio a meritare di essere raccontata: cofinanziato da un emigrato in Argentina, Hugo Testa, con il desiderio di “fare qualcosa” per i territori colpiti dal terremoto del 2016. Nasce così un modo “moderno e veloce di portare in tavola fave, lenticchie, ceci e piselli”.

Il percorso può continuare verso Pievebovigliana. A 700 metri, Augusto Congionti ha recuperato un casolare per farne l’agriturismo Terre della Sibilla: nei terreni che lo circondano produce fagioli monachelli, dalla caratteristica colorazione bianca e beige, e la roveja: un legume a forma di pisello, “di colore testa di moro con screziature verdastre, che difficilmente si può raccogliere con la mietitrebbia a causa dell’altezza dello stelo”. Questa fu una delle ragioni dell’abbandono della roveja. Eppure il suo gusto intenso premia minestre e zuppe con una dose supplementare di proteine.

Lasciato il Parco, l’ultima tappa è Serra de’ Conti, paese rinomato per la cicerchia. Luciano Valentini coltiva questo legume dalla forma irregolare e dal colore variabile tra il paglierino e il cachi. Anche la figlia Sara ha trovato impiego grazie a questa antica coltura. “Mi venne l’idea di decorticare la cicerchia per abbreviare i tempi di ammollo, scelta molto apprezzata dai nostri clienti”. I ritmi lenti e cadenzati della natura ringraziano.

le nostre scelte

Macelleria

Antonio Filotei

Fraz. Pescara del Tronto,
Arquata del Tronto (AP)
Telefono 329 7049458

Azienda Agricola

Lorenzo

Via Cese, 5
Montemonaco (AP)
Telefono 339 6638290

Azienda Agricola

Monte Monaco

Contrada San Ruffino, 28
Amandola (FM)
Telefono 0736 096120
www.montemonaco.bio

Azienda Agricola

Terre della Sibilla

Località Peschiera
Pievebovigliana (MC)

Telefono 335 6673392
www.terredellasibilla.eu

Azienda Agricola Biologica Valentini

Via Sant’Angelo, 3
Serra de’ Conti (AN)
Telefono 3407455646
www.valentinibiomarche.it



ZUPPA DI CICERCHIE

FACILE
PER 4-6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 2 ORE E 40 MINUTI
510 CAL/PORZIONE

300 g di cicerchie di Serra de' Conti – 50 g di guanciale – 4 fette di pane casereccio – 3 pomodori a grappolo – 1/2 costa di sedano – 1 cipolla piccola – 1/2 carota – 1 spicchio d'aglio – 2 rametti di rosmarino – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

- 1 Mettete a bagno le cicerchie per 12-18 ore, sgocciolatele, sciacquatele e disponetele in una pentola con 1,5 litri di acqua. Portate a ebollizione, cuocete per 2 minuti e sgocciolate i legumi. Versate nella pentola 1,2 litri di acqua, scaldatela, versatevi le cicerchie e cuocetele per 2 ore e mezzo o anche più, finché saranno quasi completamente cotte. Salate verso fine cottura.
- 2 Nel frattempo, tuffate i pomodori in acqua in ebollizione per qualche istante, scolateli, spellateli, privateli dei semi e tagliateli a cubetti. Pulite e lavate sedano, carota e cipolla, poi tritateli insieme al guanciale. Soffriggete il mix in una casseruola con 4 cucchiaini di olio e l'aglio sbucciato e schiacciato mantenendo la fiamma bassa. Unite i pomodori, salate e cuocete per 10-15 minuti.
- 3 Eliminate l'aglio e aggiungete le cicerchie ben sgocciolate e il rosmarino spezzettato: proseguite la cottura per 10-15 minuti o comunque finché i legumi saranno ben cotti. Intanto, tostate il pane in forno. Distribuite la zuppa nei piatti, completate con un filo d'olio e una macinata di pepe e accompagnate con il pane ancora caldo.

FARECCHIATA DI ROVEJA CON SALSA ALL'AGLIO E ACCIUGHE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 45 MINUTI
370 CAL/PORZIONE

300 g di farina di roveja di Pievebovigliana – 600 g di cicoria catalogna o di cicoria selvatica – 8 filetti di acciuga sott'olio – 5 spicchi d'aglio – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

- 1 Portate a ebollizione 1,2 litri di acqua leggermente salata, versatevi a pioggia la farina mescolando con una frusta e cuocete la farecchiata per circa mezz'ora mescolando continuamente con una spatola in legno. Versatela in una pirofila rettangolare unta con un po' d'olio, livellatela con il dorso di un cucchiaino bagnato e lasciatela raffreddare completamente.
- 2 Sbucciate 4 spicchi di aglio, divideteli a metà, privateli del germoglio e scaldateli in un pentolino con 8 cucchiaini di olio. Spegnete il fuoco appena l'aglio inizia a soffriggere e riaccendete dopo qualche minuto. Ripetete l'operazione un'altra volta, quindi eliminate l'aglio e fate sciogliere le acciughe nell'olio stemperandole con una forchetta a fiamma bassa.
- 3 Pulite la cicoria, lavatela e lessatela in acqua bollente salata. Sgocciolatela, tagliatela a tocchetti e saltatela in padella con un filo d'olio e lo spicchio d'aglio rimasto schiacciato (in camicia); pepate. Tagliate la farecchiata a fette e arrostitela sulla una piastra o in una padella antiaderente. Disponetele nei piatti, irroratele con la salsa di acciughe e accompagnate con la catalogna. Se vi piace, potete preparare una farecchiata piuttosto morbida (aggiungendo più acqua) e servirla in scodella come una zuppa con sopra la salsa.

FAGIOLI GIGANTI CON COTICHE

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 3 ORE E 40 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

350 g di fagioli giganti di Arquata del Tronto – 500 g di cotenna di maiale ben pulita e sgrassata – 70 g di fondo di prosciutto crudo o di pancetta affumicata – 3 pomodori pelati – 2 carote – 2 coste di sedano – 3 cipolle medio piccole – 2 mazzetti aromatici (salvia, alloro, rosmarino) – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

- 1 Mettete i fagioli in ammollo in abbondante acqua fredda per circa 12 ore. Pulite e lavate carote, sedano e cipolle. Lessate la cotenna (a partire da acqua fredda) per circa 3 ore dall'ebollizione, con metà delle verdure (non i pelati) e degli aromi. Regolate di sale verso metà cottura e spegnete il fuoco quando la cotenna inizierà a essere tenera. Sgocciolatela e tagliatela a striscioline non troppo lunghe.
- 2 Scolate i fagioli e metteteli in una pentola preferibilmente di terracotta, copriteli con acqua fredda e cuoceteli a fuoco dolce con il coperchio portandoli quasi a cottura completa (circa 1 ora); salate verso fine cottura.
- 3 Tritate il prosciutto o la pancetta e rosolatelo in una casseruola per 10 minuti con le verdure rimaste tagliate a pezzetti, il mazzetto aromatico restante e un po' d'olio. Unite i pomodori tritati finemente e le striscioline di cotenna e cuocete a fiamma bassa per 20 minuti. Eliminate il mazzetto aromatico, unite i fagioli sgocciolati e completate la cottura finché la cotenna sarà ben tenera. Servite la zuppa calda in piatti fondi caldi e completate con un'abbondante macinata di pepe.

Mieli Gourmet Baule Volante: il prezioso nettare dei fiori.

La scelta del territorio, il lavoro di pochi apicoltori e il rispetto della biodiversità sono gli ingredienti segreti di questi pregiati mieli biologici. Le loro caratteristiche uniche sono frutto dei fiori da cui hanno origine.

Il Miele di Asfodelo nasce tra i paesaggi ventosi della Sardegna, reso inconfondibile dall'odore che ricorda la camomilla e la confettura di susine.

In Francia dove ogni anno i campi si tingono di sfumature lilla, il Miele di Lavanda regala un gusto intenso con note fruttate e floreali.

Dalla delicata fioritura degli alberi del Piemonte, il Miele di Ciliegio sorprende con il pungente aroma di mandorla amara.

I Mieli Gourmet sono ideali per accompagnare una selezione di formaggi stagionati o per realizzare ricette elaborate, dove la qualità di ogni singolo ingrediente fa la differenza.



**Baule
Volante**



www.baulevolante.it

Il futuro
è una storia bio

risotto

ALLA MILANESE

DI SOBRIA SEMPLICITÀ, IL PIATTO ICONA
DELLA CUCINA MENEGHINA DIVENTA
ECCELLENTE CON INGREDIENTI DI QUALITÀ

testi di Paola Mancuso, in cucina Livia Sala,
foto di Laura Spinelli, scelta del vino di Sandro Sangiorgi





È il piatto identitario della cucina milanese, meneghino fino al midollo. In senso non solo metaforico, data la presenza di questo ingrediente distintivo sia nella versione della ricetta codificata De.Co. (riconoscimento assegnato nel 1990), sia nelle interpretazioni contemporanee degli chef.

Ma l'ingrediente principe, che spesso fa chiamare questo risotto semplicemente "giallo", è lo zafferano. Cosa ci fa una spezia orientale in una specialità lombarda? Come spesso succede per i piatti di tradizione, la risposta viene da una leggenda legata a un altro simbolo di Milano, il Duomo. Si racconta che nel 1574 alla fabbrica della cattedrale lavorasse un mastro vetraio belga, Valerio di Fiandra. Tra i suoi uomini c'era il giovane Zafferano, così soprannominato perché abile nell'utilizzarlo come colorante per le vetrerie. Quando mastro Valerio diede il banchetto per le nozze della figlia, l'idea del giovane fu di colorare di giallo il riso da portare a tavola, suscitando l'entusiasmo dei commensali.

Leggende a parte, il connubio tra riso e zafferano era già in uso dagli Arabi del Medioevo. Nel '400 compare poi in una ricetta del grande cuoco lombardo Maestro Martino, conoscitore della cucina orientale. È probabile, quindi, che l'antenato del risotto alla milanese sia derivato dalla cultura araba via Sicilia, dove l'uso dello zafferano è radicato da sempre. Anche il riso fu portato in Sicilia dagli Arabi, ma è proprio in Lombardia che prese piede la risicoltura, prima di diffondersi nelle vicine regioni: secondo un censimento del 1550, le risaie si estendevano su ben 50mila ettari.

L'importanza del riso

Per un buon risotto non si può prescindere dalla scelta della varietà di riso. Classici sono l'Arborio, dal chicco lungo e il Vialone Nano, meno grande, ma il vero principe è il Carnaroli. Selezionato a Paullo, in provincia di Milano, è una varietà storica con caratteristiche ideali: grandi dimensioni e ottima tenuta in cottura. Tuttavia, co-

me racconta lo chef Cesare Battisti (vedi riquadro a lato) il "vero" Carnaroli è piuttosto raro e, ancor più che la varietà di appartenenza, la cura nella coltivazione e nella lavorazione sono gli elementi più importanti per determinarne l'alta qualità.

Nella ricetta milanese del risotto si nota l'assenza del vino, che nella versione brianzola, e non solo, viene versato dopo la tostatura del riso. Il motivo è che la parte alcolica rilascerebbe un'acidità che entra in conflitto con l'aroma delicato dello zafferano, che serve sì a dare colore ai chicchi, ma soprattutto a connotarne il gusto. E il formaggio? L'ideale è quello che un tempo era il "locale", ovvero il Tipico Lodigiano, considerato il capostipite di tutti i grana e oggi prodotto Pat. In alternativa, si può ricorrere a formaggi da grattugia non troppo stagionati, sempre per non sovrastare la delicatezza dello zafferano.



BERE GIUSTO

SCEGLIAMO UN VINO DELL'OLTREPÒ PAVESE, IL LANTANO BIANCO DELL'AZIENDA MERCANELLI, OTTENUTO DA DIVERSI VITIGNI E DA UN'AGRICOLTURA NATURALE, UN ESEMPLARE DI RICCHEZZA E PROFONDITÀ, CARATTERISTICHE NECESSARIE PER AFFRONTARE LA DENSITÀ E L'AROMATICA VASTITÀ DEL PIATTO. IL CONFRONTO VEDE IL RISO NEL COMPITO DEL PIANO SUL QUALE SI SVOLGONO GLI AVVENIMENTI: DA UN LATO LA FORZA DEL BRODO E LA CEDEVOLE BELLEZZA DEL MIDOLLO, DALL'ALTRO L'ENERGIA AGRESTE DEL LANTANO, PRODOTTO GENEROSO CHE NEL PROFUMO RIPRENDE IL FILO DELLO ZAFFERANO E SA CHIUDERE SEMPRE IN LEVARE; BURRO, GRANA PADANO, SUGO D'ARROSTO ASSISTONO I DUE PROTAGONISTI, IL RISOTTO E IL VINO, CHE NON POSSONO FARE A MENO L'UNO DELL'ALTRO.

I CONSIGLI DELLO CHEF

MILANESE DOC, CESARE BATTISTI, CHEF E OSTE DEL RATANA (RATANA.IT), È AUTOREVOLE PORTAVOCE DELLA CUCINA DI TRADIZIONE LOMBARDA RIVISITATA E DI QUALITÀ, BASATA SULLA METICOLOSA RICERCA DI MATERIE PRIME ECCELLENTI FORNITE DA PICCOLI PRODUTTORI DEL TERRITORIO E SECONDO I PRINCIPI DELLA SOSTENIBILITÀ A 360 GRADI. MEMBRO DELL'ALLEANZA CUOCHI SLOW FOOD, CHEF AMBASADOR DI EXPO 2015 E SEGRETARIO DELL'ASSOCIAZIONE AMBASCIATORI DEL GUSTO, HA DA POCO PUBBLICATO IL LIBRO *CUCINA MILANESE CONTEMPORANEA* (GUIDO TOMMASI ED.), DOVE SI TROVANO, TRA LE ALTRE, LE SUE RICETTE DEL RISOTTO ALLA MILANESE.

CI PARLI DELLE MATERIE PRIME CHE UTILIZZA.

MI FORNISCO DA OLTRE 70 PRODUTTORI, SELEZIONATI PERSONALMENTE. PER IL RISOTTO, HO SCELTO IL CARNAROLI AUTENTICO DELLA RISERVA DI SAN MASSIMO, COLTIVATO E LAVORATO IN MODO SOSTENIBILE, PERFETTO PERCHÉ CONTIENE PIÙ AMIDO, COSÌ IL RISOTTO RISULTA PIÙ CREMOSO. COME BURRO, UTILIZZO QUELLO DI MALGA PRODOTTO, SECONDO LA STAGIONE, IN VALTELLINA O LOMELLINA, NATURALMENTE ACIDO. COME FORMAGGIO, IL LODIGIANO TIPICO, PRESENTE NELLE RICETTE DELL'800, DI SAPORE MENO SAPIDO E INTENSO RISPETTO AI GRANA PORTATI A STAGIONATURE ESTREME.

E LA SUA PREPARAZIONE?

FACCIO ROSOLARE LA CIPOLLA INTERA IN POCHISSIMO OLIO E LA TOLGO PRIMA DI AGGIUNGERE IL RISOTTO. IL BURRO DI MALGA LO UTILIZZO ALLA FINE E A CRUDO, PER MANTECARE. COMPLETO CON FETTINE DI MIDOLLO CON IL LORO OSSO, COTTE NEL FORNO.

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

ALCUNI LOCALI MILANESI CHE OFFRONO QUESTA E ALTRE SPECIALITÀ TRADIZIONALI DEL TERRITORIO.

RATANÀ

Via G. De Castilia 28, Milano

tel. 0287128855

È L'OSTERIA CONTEMPORANEA DI CESARE BATTISTI, ALL'INTERNO DELLA FONDAZIONE RICCARDO CATELLA, IN UN EDIFICIO PRIMI '900 ALL'OMBRA DEI GRATTACIELI DEL QUARTIERE GARIBALDI PORTA NUOVA. IL MENU CAMBIA OGNI MESE, MA I PIATTI DI TRADIZIONE MENEGHINA SONO UN MUST: OLTRE AI RISOTTI, CARTOCCIO DI MONDEGHILI (POLPETTINE) E COSTOLETTA (SU ORDINAZIONE).

ANTICA TRATTORIA DELLA PESA

Viale Pasubio 10, Milano

tel. 026555741

STORICO LOCALE APERTO NEL 1880, PREPARA TRADIZIONALI PIATTI MENEGHINI: RISOTTO ALLA MILANESE CON OSSOBUCO, RISOTTO AL SALTO, COSTOLETTA, CASSOEULA, ROGNONE TRIFOLATO. PER DESSERT, ZABAIONE CALDO SERVITO IN SCODELLE DA CAFFELATTE.

DAMM-ATRÀ

Via Lombardini 1, Milano,

tel. 025811224

SPECIALITÀ MILANESI IN ZONA NAVIGLI: IL LOCALE (IL NOME IN DIALETTO SIGNIFICA "DAMMI RETTA") OFFRE RISOTTO ALLA MILANESE, AL SALTO O CON SALSICCIA E FAGIOLI. TRA I SECONDI, CASSOEULA CON POLENTA, MONDEGHILI AL SUGHETTO, COTOLETTA "UREGIA D'ELEFANT" (BEN BATTUTA, CON L'OSSO), OSSOBUCO, BOLLITO MISTO.

OSS BÜS

Vicolo Comunale ang. via Roma, Meda (MB),

tel. 03621705528

A MEZZ'ORA DA MILANO, UN'OSTERIA CHE OFFRE PIATTI DELLA TRADIZIONE REGIONALE ITALIANA E LOMBARDA: TARTARE DI LUGANEGA, CASSOEULA, RISOTTO CON OSSOBUCO, COTOLETTA ALLA MILANESE CON POMODORI E BASILICO.



RISOTTO ALLA MILANESE (RICETTA DE.CO.)

FACILE

PER 6 PERSONE

PREPARAZIONE 10 MINUTI

COTTURA 20 MINUTI

420 g di riso Carnaroli, Arborio o Vialone Nano
– 30 g di midollo di manzo – 1,5 l circa di buon
brodo di manzo ristretto – 2 cucchiaini di sugo
d'arrosto (in alternativa, aumentate il midollo
a 60 g) – 1 piccola cipolla – 1 pizzico abbondante
di pistilli di zafferano o 1 bustina di zafferano
in polvere – 60 g di grana padano Dop grattugiato
– 60 g di burro – sale

1 Sbucciate e tritate fine la cipolla. Fate fondere metà del burro in una casseruola con il midollo tritato e il sugo d'arrosto.

2 Aggiungete la cipolla e cuocete a fiamma bassa finché sarà appassita.

3 Unite il riso e mescolate bene per fargli assorbire il condimento. Alzate la fiamma e iniziate a versare il brodo bollente a mestoli, continuando a mescolare con un cucchiaino di legno.

4 Man mano che il brodo viene assorbito, continuate a cuocere a fiamma media aggiungendo man mano altro brodo bollente.

5 Arrivati ai 2 terzi della cottura, aggiungete i pistilli di zafferano. Se utilizzate quello in polvere, aggiungetelo a fine cottura, stemperato nel brodo.



6 Terminate la cottura tenendo il riso al dente, a seconda della varietà di riso utilizzato, e facendo attenzione all'ultimo mestolo di brodo, in modo da non farlo risultare né troppo liquido, né troppo asciutto (il risotto dovrà essere "all'onda", con i chicchi ben divisi, ma legati fra loro da un insieme cremoso).

7 Fuori dal fuoco, mantecate con il burro rimasto e il grana, mescolando con decisione, e regolate di sale. Lasciate riposare coperto per 2-3 minuti prima di servire.

bisetti®
Italy



Scopri di più guarda
il video di presentazione

BISETTI PRESENTA L'INNOVAZIONE IN CUCINA

Tagliere professionale in polietilene HD, bifacciale a libero posizionamento

Grazie ai piedini antiscivolo, questo tagliere può essere posizionato liberamente su qualsiasi punto del piano di lavoro, garantendo così anche una adeguata postura degli operatori.

I piedini antiscivolo fanno sì che con un semplice gesto di capovolgimento il tagliere sia immediatamente pronto per l'uso su entrambi i lati (senza la necessità di dover prima smontare e riposizionare i fermi come per i taglieri di vecchia generazione).

Il polietilene in HD certificato per uso alimentare, è rimodellabile e ricondizionabile per una lunga durata grazie agli appositi pialletti. Piedini removibili, fissati con viti inox.

I piedini sono disponibili in tutti i colori H.A.C.C.P., garantendo un corretto utilizzo del tagliere.



Lavabile in
lavastoviglie



Fermi
antiscivolo



Codifica
dei colori



Reversibile



Idoneo a
contatto
alimentare



Modellabile
lunga durata



Temperatura
consentita



Temperatura
max per
15 minuti



Made in Italy
www.bisetti.com

Ciociaria

TERRA DEI PASTORI

NELLA PROVINCIA DI FROSINONE, CASARI, ALLEVATORI E MAESTRI DELL'ARTE BIANCA SI TRAMANDANO I SUOI SAPORI D'ALTRI TEMPI

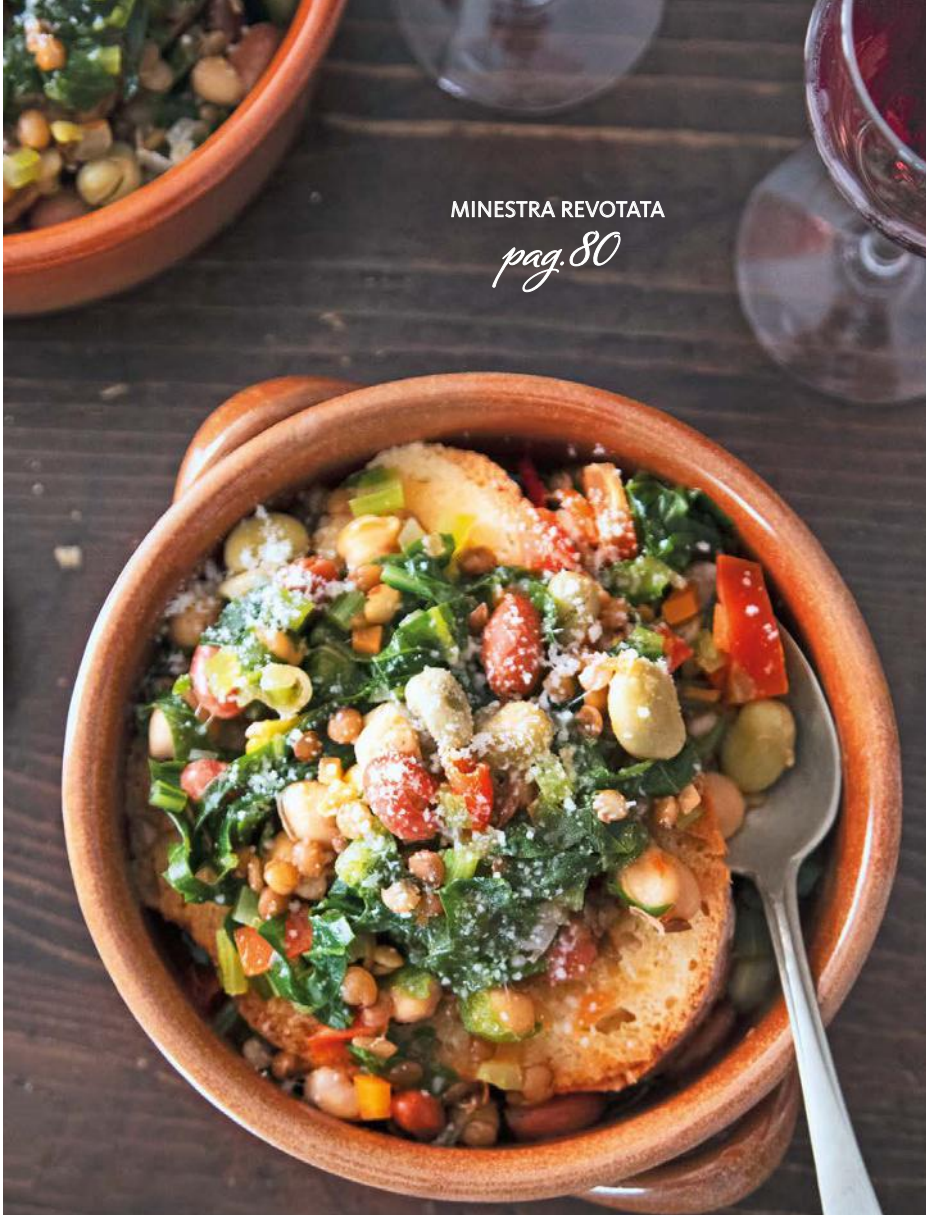
a cura di Daniela Falsitta, testo di Ernesto Fagiani, foto del servizio Emanuela De Santis, foto dei piatti Laura Spinelli, in cucina Antonella Pavanello

Antica terra di verdi pascoli alle porte meridionali di Roma, la Ciociaria è un puzzle di paesaggi, cittadelle arroccate, chiese medievali e barocche, muraglioni e archi megalitici. La bella Anagni, il cui nome è per sempre legato a papa Bonifacio VIII e all'oltraggioso schiaffo, si sviluppa in logge, campanili e torri; le case aderiscono l'una all'altra lasciando solo un po' d'aria a scalinate e vicoletti scoscesi o a bizzarrìe architettoniche come Casa Barnekow, dalla facciata cesellata di loggette e mensoline. Gli affreschi della sua cattedrale mostrano raffigurazioni bibliche e cosmologie platoniche, visioni dell'Apocalisse e rappresentazioni astrologiche in cui si fondono misticismo, alchimia e scienza medievale.

segue >

MINISTRA REVOTATA

pag. 80



La chiesa di S. Maria Maggiore, ad Alatri.
A destra i fini fini, tipici tagliolini,
e il centro di Anagni.
In alto, il costume ciociaro, con il
fazzoletto ripiegato a protezione del
capo che sostiene una cesta di pane
di Fumone.





Casa Barnekow,
particolarissima costruzione
duecentesca di Anagni. In alto,
da destra: le coppiette di
maiale, il paese di Fumone e la
marzolina, formaggio caprino
da latte di razze autoctone
della Ciociaria munto a marzo.



CRESPELLE CIOCIARE
pag. 80

A pochi km, l'acropoli di Alatri è un incastro di roccia viva e monoliti di pietra: da qui un rotolo di curve conduce alla Certosa di Trisulti, che assieme all'Abbazia di Casamari segna l'affacciarsi in Italia delle architetture gotiche. La chiesa di San Bartolomeo, sontuosissima, è all'interno del complesso monastico: della grande tradizione dei cistercensi, rinomati erboristi, resta la farmacia dalla volta ricoperta di affreschi settecentesco-pompeiani. Si sale ora verso

Fumone, una manciata di case attorno al castello dei marchesi Longhi de Paolis. Nella fortezza si apre la cella dove Celestino V, papa del "gran rifiuto", fu lasciato morire da Bonifacio VIII. Anche a Ferentino dominano le mura preistoriche, che stringono il borgo in un abbraccio di calcare lungo 2,5 km. La via d'accesso è l'arco di Porta Sanguinaria; da qui la via Sabina raggiunge la chiesa di Santa Maria Maggiore, prima architettura gotico-cistercense italiana. In questo territorio segnato dall'antico, anche la tradizione gastronomica è rimasta ancorata alla pastorizia, ai riti religiosi e della vita familiare. I forni mantengono viva la tradizione del pane a regola ciociara: grano macinato a pietra, lievito rinfrescato con farina di granturco, a volte doppia "crescimonìa" (lievitazione) o un po' di patata bollita nell'impasto, cottura al fuoco di quercia o d'olivo, e i tipici tagli sulla crosta. Il lavoro va avanti tutta la notte, mantenendo costante la temperatura dei forni, operazione difficilissima con quelli a legna, affinché la mollica non si ammassi. La ciambella è un altro prodotto dell'arte bianca ciociara, da Veroli a Sora. Al contrario del pane, il suo impasto deve lievitare pochissimo

prima di essere cotto due volte, la prima in acqua bollente, poi in forno ad alta temperatura. C'è poi la pigna ricresciuta, una sorta di panettone al profumo d'anice, realizzato con lievito madre, canditi, uvetta e semi di anice. La lievitazione dura tre giorni e le massaie ciociare iniziavano a prepararla il Giovedì Santo con un primo lievito; il venerdì incorporavano parte delle uova e il sabato precedevano all'impasto completo. Il giorno di Pasqua era dedicato alla cottura, che spandeva nelle case un intenso profumo d'anice.

La raccolta delle "erbe pazze", ovvero tarassaco, pratolina, cicoria selvatica, crespigna e scaccia-lepre dava sapore alla minestra revotata, piatto simbolo della cucina ciociara, ma le erbe spontanee vengono usate anche in formaggi millenari. Tra Picinisco e San Vittore, gli ultimi, rari produttori di conciato e caso peruto utilizzano infatti una concia di erbe aromatiche capace di formare sui caci una crosta esterna che impedisce la crescita di batteri. Vanto dell'arte casearia ciociara sono poi la mozzarella di bufala di Amaseno e la delicata marzolina, un formaggio ottenuto da latte di capra munto ai primi tepori della primavera. Quanto ad olio e vino, oltre all'extravergine d'oliva Rosciola, qui si produce il Cesanese del Piglio, un vino Docg rosso e corposo, dagli intensi profumi di violetta che s'abbina alla perfezione con i rustici abbuoti, involtini di budelline d'agnello ripiene di frattaglie, o con le coppiette, strisce di polpa suina macerate nelle spezie, infilate con spaghetti di canapa e poi fatte maturare e affumicare.



Il panorama sulle colline visto dalla Torre di Cicerone, ad Arpino. Con i suoi pascoli e le sue tradizioni produttive e culturali, la Ciociaria, che per consuetudine ricalca la provincia di Frosinone, è ancora oggi una regione vocata ad allevamento e pastorizia.



LUOGHI ECCELLENTI CIOCIARIA

MINESTRA REVOTATA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 80 MINUTI
970 CAL/PORZIONE

300 g di bietole – 300 g di cicoria – 12 fette di pane raffermo – 800 g tra fagioli, ceci, fave e lenticchie secche – 1 peperoncino – 2 pomodori maturi – 2 carote – 1 costa di sedano – mezza cipolla – 1 spicchio d'aglio – 200 g di pecorino grattugiato – olio extravergine d'oliva – sale

1 Mettete a bagno separatamente i fagioli, le fave, i ceci e le lenticchie per 12 ore in acqua leggermente tiepida. Mondate le bietole e la cicoria, lavatele e tagliatele a pezzi. Sbucciate la cipolla, riducetela a fette sottili e fatela soffriggere con lo spicchio d'aglio e il peperoncino in qualche cucchiaino d'olio facendo attenzione a non esagerare con il piccante perché coprirebbe gli altri sapori.

2 Raschiate le carote, mondate il sedano e tritateli, uniteli al soffritto, poi aggiungete i legumi (le lenticchie dopo 20 minuti), le verdure tagliate, i pomodori a pezzettoni e 1,5 litri d'acqua. Mescolate e cuocete a fuoco lento per un'ora, con il tegame coperto. Controllate la cottura dei legumi, spegnete e regolate di sale.

3 Disponete uno strato di pane in ogni piatto fondo o cocotte in modo da coprire bene ogni spazio, poi aggiungete un po' di minestra e spolverizzate di pecorino. Proseguite ripetendo gli strati, lasciate riposare per 15 minuti.

CRESPELLE CIOCIARE

FACILE
PER 10 PEZZI
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 35 MINUTI
250 CAL/PEZZO

500 g di farina 00 – 30 g di lievito di birra fresco – 3 o 4 cimette di cavolfiore – 100 g di baccalà ammollato – 3 acciughe sotto sale (25 g circa) – olio di semi di arachide – sale

1 Sciogliete il lievito di birra in acqua tiepida. Raccogliete in una ciotola capiente la farina, formate

un buco al centro, versatevi il lievito, una presa di sale e cominciate ad amalgamare e poi a impastare aggiungendo man mano altra acqua (circa 500 ml in totale) in modo da ottenere una pasta soffice e senza grumi. Coprite la ciotola con la pellicola per alimenti e lasciate lievitare per 2,5 ore o finché il volume sarà raddoppiato.

2 Lessate le cimette di cavolfiore in acqua salata per 10-15 minuti. In un altro tegame lessate il baccalà per 20 minuti. Sgocciolate bene entrambi gli ingredienti e dividete il baccalà a pezzi. Dissalate le acciughe.

3 Dividete l'impasto in circa 10 parti e farcite ogni porzione con un po' di baccalà, una cimetta di cavolfiore o un'acciuga. Fate friggere le crespelle in abbondante olio caldo a 180° fino a quando saranno dorate. Sgocciolatele su alcuni fogli di carta da cucina e servitele fredde.

GAROFOLATO DI CASTRATO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 140 MINUTI
400 CAL/PORZIONE

1 kg di castrato disossato – 500 g di pomodori maturi – alcuni chiodi di garofano – alcuni spicchi d'aglio – 200 g di guanciale – 1 ciuffo di prezzemolo – 1 cipollotto fresco – 1 costa di sedano – 1 carota – 1 peperoncino – 500 ml di vino Cesanese del Piglio – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Tagliate la carne a pezzi, legate ogni pezzo con un giro di spago in modo da inserirvi un chiodo di garofano e mezzo spicchio d'aglio. Salate e pepate.

2 Mondate e tritate il cipollotto, il sedano, la carota, uno spicchio d'aglio sbucciato, il peperoncino e quasi tutto il prezzemolo. Unite anche il guanciale tritato e fate soffriggere tutto in un tegame di coccio con qualche cucchiaino d'olio. Aggiungete la carne e lasciatela rosolare a fuoco basso senza farla colorire troppo. Versate il vino, lasciatelo evaporare e unite i pomodori lavati e tagliati a pezzi.

3 Coprite e continuate a cuocere a fuoco bassissimo per circa 2 ore. Cospargete con il prezzemolo rimasto e servite.

TACCUINO DI VIAGGIO

RISTORANTE BASSETTO

VIA CASILINA 110, FERENTINO
IN MENU I FINI FINI AL RAGÙ CIOCIARO, IL GAROFOLATO, PATATE E ZAZZICCHIA (SALSICCIA ALL'ARANCIA) O GLI GNOCCHETTI CON LA SARACCA (UN'ARINGA SOTTO SALE).

CASA LAWRENCE

CONTRADA SERRE, LOC. CERVI, PICINISCO, TEL. 0776 688183
AGRITURISMO CON RISTORANTE E PRODUZIONE DI FORMAGGI (LA MARZOLINA, IL CONCIATO DI PICINISCO E IL CASO PERUTO).

FORNO CAPONERA

VICINALE PIE' DEL MONTE 31, FUMONE
PANE CON LIEVITO NATURALE COTTO A LEGNA, CROSTATINE DI VISCIOLE E PAN DI SPAGNA ALLA RICOTTA.

AGRITURISMO LE FAETA

VIA VITILLO SNC, ARPINO
DAI GRANI ANTICHI COLTIVATI IN AZIENDA SI PREPARANO PANE, PIZZE, LE CIAMBELLE DI SORA E LA PIGNA.

FRANCA MARROCCO

VIA A. MAGLIARI 24, ARPINO
LABORATORIO DI PASTA FRESCA DOVE ACQUISTARE I FINI FINI, LE SOTTILISSIME FETTUCCINE CIOCIARE.

LA BOTTEGA DEI BUONGUSTAI

CORSO TULLIANO, ARPINO
ANNAMARIA REA E LORETO CAPUANO SELEZIONANO I MIGLIORI PRODOTTI DELLA GASTRONOMIA CIOCIARA.

PANIFICIO SANITÀ

VIA COLLE DEL BAGNO 71, VEROLI
SFORNA LE TIPICHE CIAMBELLE CON IL LIEVITO MADRE E I SEMI DI ANICE.

PASTICCERIA GUARCINO

VIA DELLA STAZIONE 20, ALATRI
AMARETTI DI MANDORLE AMARE E DOLCI, ALBUME E OSTIA.

ALIMENTARI FALAMESCA

C.SO VITTORIO EMANUELE 119, ANAGNI
TRA I PRODOTTI LE 'MBRIACHELLE E LE CIAMBELLINE AL VINO.

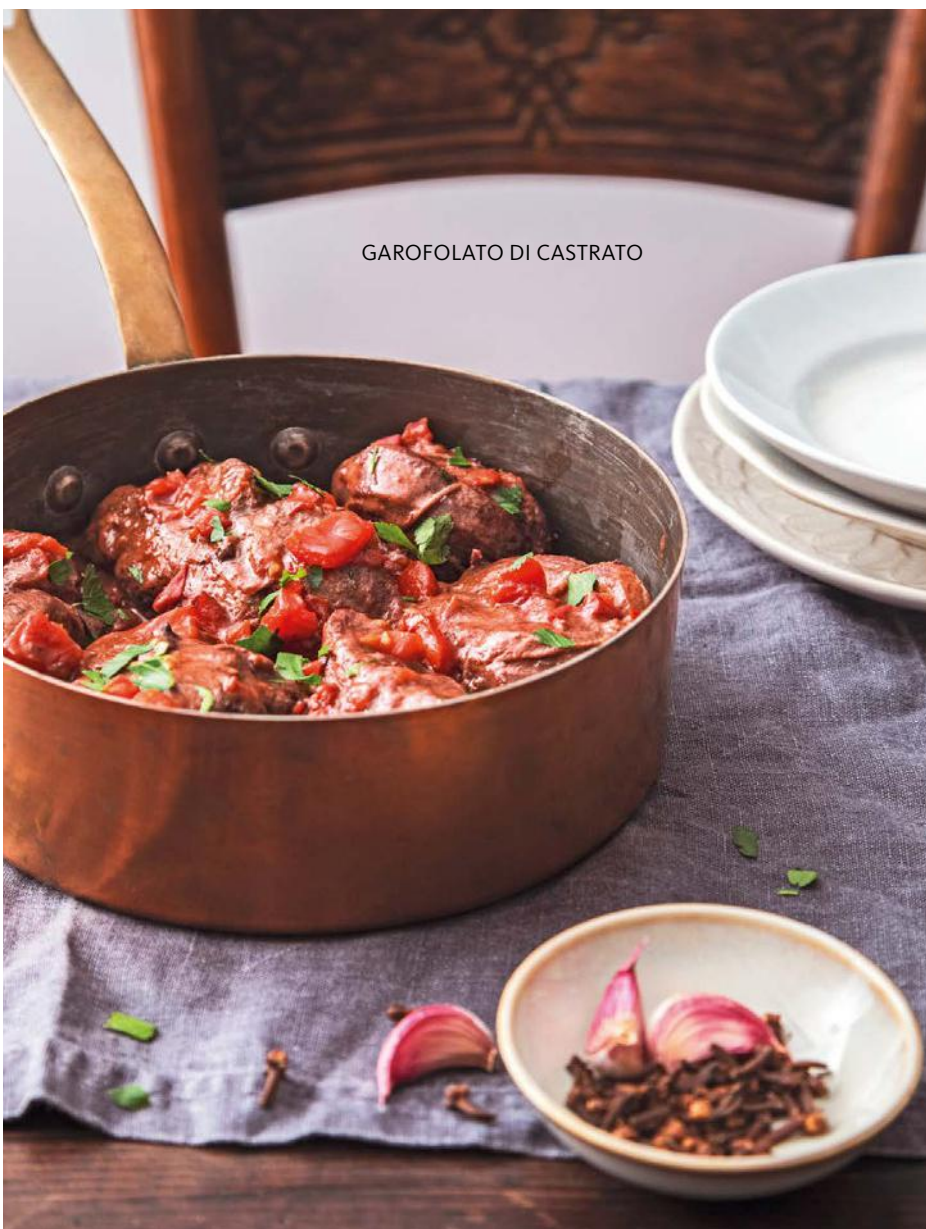
MACELLERIA CITTÀ DEI PAPI

C.SO VITTORIO EMANUELE 156, ANAGNI
SPECIALITÀ: LE GUSTOSE COPPIETTE.

COLETTI CONTI

C.SO VITTORIO EMANUELE 116, ANAGNI
TRA LE MIGLIORI CANTINE DI CESANESE DEL PIGLIO, DOC CIOCIARA.

INFO: ARPINOTURISMO.IT



GAROFOLATO DI CASTRATO

La scenografica
Civitavecchia di Arpino. In
alto, alcuni formaggi
ciociari tra cui il pecorino
di Picinisco e il conciato di
San Vittore; la via che sale
all'Acropoli di Ferentino e
le ciambelle al vino.



Irrinunciabile pelapatate

PICCOLO, POTENTE,
ECONOMICO E ANTI SPRECO,
GARANTISCE SEMPRE
OTTIMI RISULTATI

a cura di Monica Pilotto, testo di Martina Liverani,
ricetta di Claudia Compagni,
foto di Felice Scoccimarro, styling di Alkèmia



Piano di pietra Risani Marmi.
Indirizzi a pagina 122

“Il gesto di pelare le patate è un classico del cinema western o di guerra”, scrive Salvatore Gelsi nel suo *Dizionario enciclopedico della cucina al cinema*. Pelare montagne di patate muniti di coltellino era considerata una punizione, un lavoro noioso, ripetitivo e lento. Il primo compito a cui erano sottoposti gli apprendisti nelle grandi cucine, un'attività che nessuno voleva fare volentieri.

Poi è arrivato il pelapatate. Un piccolo e semplice attrezzo che ha ribaltato un immaginario collettivo. Oggi pelare le patate - si dice “pelare” e non “sbucciare”, perché l'arnese in questione toglie uno strato così sottile che somiglia alla pelle -, è veloce e quasi quasi divertente, per niente faticoso o noioso. Diventa poi una faccenda tecnologica se ci si affida alla versione elettrica che non teme montagne di patate a cui “fare la pelle”. I pelaverdure elettrici, inventati per uso professionale e poi convertiti ai bisogni domestici, sono un elettrodomestico originale e dal design gradevole.

Oggi, l'azione di pelare le patate unisce l'estrema comodità fornita dai piccoli e magici attrezzi alla bellezza del design, poiché i pelaverdure manuali sono accessori eleganti, sinuosi, colorati, hanno linee essenziali e sono realizzati in materiali pregiati,

dalle lame mobili in acciaio inox alle impugnature antiscivolo e soft touch, adatte anche ai mancini.

Una storia recente quella del pelapatate, che fu inventato nella sua classica forma a Y nel 1947 in Svizzera da Alfred Neweczczal (la leggenda narra che fosse stanco di pelare chili e chili di patate durante il servizio militare) e lo chiamò Rex. Era realizzato con un unico pezzo di alluminio e una lama molto affilata. Facile, economico ed ergonomico. Un modello che ancora oggi si continua a produrre, con materiali innovativi e dotato di lame mobili e affilate, così che possano seguire le naturali curve di frutta e verdura ed esercitare una pelatura precisa e veloce in un unico movimento.

Il nome tedesco dell'oggetto inventato da Neweczczal era Sparschäler, dove “spar” significa “risparmio” perché, oltre alla comodità, permetteva un significativo risparmio di tempo e di polpa rispetto a quella che veniva buttata insieme alla buccia, usando anche il più affilato dei coltelli.

Talmente geniale e rivoluzionario, il pelapatate, che pare esistano oltre 500 brevetti registrati di pelaverdure manuali. Tra i più famosi e diffusi, oltre quello a Y, c'è il Lancashire che ha origine inglese e va impugnato come fosse un coltello normale, poiché la lama è allineata al manico.

attrezzi' millensi'

Eliminano le pelli, tagliano a fettine sottili verdure, frutta, formaggi e con la punta acuminata rimuovono le imperfezioni

1

Il set di 3 pezzi in acciaio inox pela, riduce a julienne sottili e spesse e a fette sottilissime (€ 49,90). **Triangle**

2

In acciaio inox di alta qualità, lo sbucciatore GrandChef ha un design curato in ogni dettaglio (€ 6,40). **Tescoma**

3

Sbuccia con precisione il pelaverdure in acciaio inox rivestito in zinco satinato (€ 4,90). **Kasanova**

4

Functional Form ha manico in SoftGrip per una presa sicura (€ 7,90). **Fiskars**

5

Ergonomico e facile da usare, My Utensil garantisce precisione e meno sprechi (€ 7,90). **Barazzoni**

6

Spazzola, pela e affetta con lame taglienti e impugnatura antiscivolo (€ 21). **KitchelQ**

7

Manico soft-touch e lama ultra affilata e seghettata per pelare anche le verdure morbide (€ 19,95). **Microplane**

8

È robusto e resistente, in acciaio inox, lo sbucciatore a lama mobile (€ 13,50). **Paderno**

9

Il pelaverdure Ceramic, proposto in diversi colori, ha lama in ceramica high-tech di alta qualità (€ 6,90). **Zassenhaus**

10

Manico ergonomico e lama affilata in acciaio inox per chef provetti (€ 5). **Ilsa**

11

Ha lama oscillante, ideale per julienne e verdura morbida, e manico in gomma (€ 4,90). **Pedrini**

12

La testina mobile garantisce una pelatura precisa e veloce (€ 6,90). **Laagostina**

MILLEFOGLIE CON PATATE VIOLE E DOLCI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20
COTTURA 50 MINUTI
380 CAL/PORZIONE

400 g di patate viola
– **400 g di patate dolci**
arancioni – **400 g di**
patate a pasta gialla – **50**
g di grana padano Dop
– **2 rametti ciascuno di**
timo, origano fresco e
prezzemolo – **3 foglie**
di salvia – **40 g di burro**
– **sale** – **pepe nero**

1 Sbucciate tutte le patate, tenetele separate, lavatele, tagliatele a fette con il pelapatate, quindi trasferite quelle a pasta gialla in una pentola con acqua fredda e portate a ebollizione. Salate, cuocetele per 3 minuti, scolatele con un mestolo forato e tenetele da parte.

2 Ripetete la stessa operazione con le patate dolci arancioni e per ultime con quelle viola; quindi disponetele in una pirofila rettangolare di cm 22x20, creando delle linee alternate per colore.

3 Sciogliete il burro in un pentolino, mondate e tritate finemente le erbe aromatiche e tagliate i 2/3 del grana a lamelle sottili con il pelapatate. Inserite le lamelle di grana padano qua e là tra le fettine di patate, poi versate il burro e le erbe aromatiche sopra le patate. Trasferite la teglia in forno già caldo a 180° per 40 minuti. Cospargetele con il grana rimasto grattugiato, pepate e servite in tavola.

Teglia Virginia Casa.
Indirizzi a pagina 122



È anche dotato di una punta acuminata utile per rimuovere germogli o impurità dai tuberi. Va ricordato anche il pelapatate Aussie di Dalson – come riporta Tim Hayward nel suo libro *“Gli strumenti della cucina moderna”* – inventato nel 1947 dall’azienda Dalsonware a Melbourne, in Australia: ha lo stesso tipo di lama rotante del Rex, allineata al manico secondo lo stile inglese.

Pur mantenendo il nome legato al tubero, il pelapatate si usa anche con altre tipologie di ortaggi e frutta. Torna comodo il concetto del risparmio, perché nelle contemporanee cucine a spreco zero, un piccolo oggetto come questo riesce a fare tanta differenza. Inoltre, per chi si dedica alla cucina creativa, offre l’opportunità di ricavare sfoglie sottilissime di patate, carote o zucchine, da friggere, mettere in forno con petali di parmigiano o aggiungere all’insalata. Il pelapatate è a tutti gli effetti lo sparring partner del cuoco di casa. È arrivato il momento di rivalutare questo attrezzo e portarlo alla ribalta come si merita, per l’aiuto silenzioso e imprescindibile che sa darci quotidianamente.

INTERVISTA



Mai più senza pelapatate

RISPONDE IL
GASTRONOMO **MARTINO**
RAGUSA, AUTORE
DI LIBRI SULL’ARTE
CULINARIA.

SONO UN ENTUSIASTA DEL
PELATAPATE. QUANDO MI
CAPITA DI CUCINARE IN
UNA CUCINA CHE NE È
PRIVA, È COME SE MI
MANCASSE UN ATTREZZO
FONDAMENTALE! MIA
MADRE, COME LE
CASALINGHE DI 50 ANNI
FA, USAVA IL COLTELLO.
ORA MI SEMBRA
UN’ASSURDITÀ PELARE LE
PATATE CON IL COLTELLO!

QUALE FORMA USA?

QUELLO A FORMA DI
COLTELLO MI È PIÙ
CONGENIALE, LO TROVO
COMODO, VERSATILE:
CONSENTE DI RICAVARE
BUCCE PIÙ LUNGHE
CHE POSSO USARE PER
ALTRE PREPARAZIONI.
È ERGONOMICO, LO
IMPUGNO MEGLIO, MI
PERMETTE UN MOVIMENTO
CONTINUO E VELOCE,
NON SOLO PER LE PATATE.

QUALI SONO GLI UTILIZZI ALTERNATIVI?

BASTA REGOLARE LA
FORZA CON CUI PREMERE
PER OTTENERE SPESSORI
DIVERSI. COME CHIPS DI
PATATE O RICCIOLI DI
CAROTE, ZUCCHINE E
CETRIOLI DA INSERIRE A
CRUDO NELLE INSALATE.
LO SI PUÒ USARE ANCHE
PER GLI AGRUMI,
RICAVANDO SOLO LA
SCORZA SENZA L’ALBEDO,
LA PARTE PIÙ INTERNA,
BIANCA E AMARA.

QUANDO INVECE NON USARLO?

ANCHE SE PELARE LE
PATATE OGGI È FACILE E
VELOCE, RESISTIAMO ALLA
TENTAZIONE DI TOGLIERE
LA PELLE QUANDO
VOGLIAMO BOLLIRLE (PER
FARE GLI GNOCCHI, PER
ESEMPIO), QUANDO SONO
NOVELLE E LE CUCINIAMO
AL FORNO, O QUANDO
PREPARIAMO LE
HASSELBACK, POPOLARE
PIATTO DELLA CUCINA
SVEDESE CON I TUBERI
TAGLIATI A FISARMONICA.

LO SPAZIO NON SI CREA, SI LIBERA.

NIKOLATESLA FIT, TUTTA LA TUA CUCINA IN SOLI 60 CM.



SMALL
SIZE



COMFORT
SILENCE



AUTO
CAPTURE

Riprenditi il tuo spazio con NikolaTesla Fit di Elica, il piano aspirante pensato anche per i piccoli ambienti.

La sua capacità di catturare fumi e cattivi odori è di gran lunga superiore alla loro velocità di salita, garantendo alta efficacia nel massimo silenzio. Grazie alla funzione Autocapture, regola automaticamente la potenza di aspirazione in base a ciò che stai cucinando. Inoltre gli innovativi filtri ceramici di NikolaTesla Fit migliorano la qualità dell'aria che respiri ogni giorno.

Scopri tutti i vantaggi su elica.com

NikolaTesla Fit | Design Fabrizio Crisà

f @ P elica.com

 **elica**
aria nuova

Mescola *e versa*

BASTA RIUNIRE IN UNA CIOTOLA
FARINA, LIEVITO, LATTE, BURRO
E UOVA, AMALGAMARE, VERSARE
L'IMPASTO NELLO STAMPO
E IL GIOCO È FATTO....

DALLA MAGICA ALCHIMIA
DI POCHI E SEMPLICI INGREDIENTI
NASCONO IRRESISTIBILI DELIZIE
PRONTE DA INFORNARE.
TORTE, CIAMBELLE E BROWNIES
DA GUARNIRE CON FRUTTA FRESCA
O SECCA, GLASSE PROFUMATE
E FARCITURE GOLOSE

a cura di Silvia Tatozzi, ricette di Alessandra Avallone, foto di Laura
Spinelli, styling di Stefania Aledi



In tutto il servizio
ceramiche
Francesca Reitano.
A pagina 88:
ciotolina in
ceramica smaltata
Stanzanumerotre.
Indirizzi a pagina 122



SKILLET CAKE AL CIOCCOLATO CON CARMELLO AL LIMONE

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

per la torta 150 g di farina 00 + quella per lo stampo – 100 g di zucchero di canna – 1 uovo grande – 120 g di burro + quello per lo stampo – 100 g di cioccolato fondente 70% – 1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio – sale
per il caramello 200 g di zucchero di canna – 220 ml di panna fresca – la scorza grattugiata e il succo di 1 limone non trattato – 40 g di burro – sale

1 Imburrate e infarinate una padella di ghisa da 20-22 cm di diametro. Sciogliete il burro e lasciatelo intiepidire. Versatelo in una ciotola ampia, unite lo zucchero e mescolate con una spatola per amalgamare. Incorporate l'uovo sgusciato, la farina setacciata con il bicarbonato e due prese di sale.

2 Spezzettate grossolanamente il cioccolato con un coltello, aggiungetene 3/4 nell'impasto e versate il composto nella padella infarinata; cospargete con il cioccolato rimasto e infornate a 180° per 30 minuti.

3 Preparate intanto il caramello: versate lo zucchero di canna in una casseruola e lasciatelo caramellare a fiamma vivace, poi toglietelo dal fuoco. Scaldate la panna in un pentolino e versatela calda sopra il caramello, facendo attenzione agli spruzzi e mescolando. Amalgamate il succo del limone, il burro a pezzetti e un pizzico di sale e continuate a mescolare fuori dal fuoco fino a ottenere una crema liscia. Unite infine la scorza grattugiata del limone.

4 Sfornate il dolce e irroratelo con qualche cucchiaino di caramello. Servite il resto del caramello a parte.

CIAMBELLA AL TIMO CON GLASSA AGLI AGRUMI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 1 ORA
590 CAL/PORZIONE

300 g di farina 00 – 300 g di zucchero semolato –
1/2 bustina di lievito per dolci – 250 g di yogurt intero
– 80 ml di succo di limone – 8 rametti di timo fresco – la
scorza grattugiata di 1 limone non trattato – 2 uova grandi
– 180 ml di olio extravergine d'oliva delicato – 120 g di
zucchero a velo – burro e farina per lo stampo

1 Frullate lo zucchero con le foglie di 6 rametti di timo. Imburrate uno stampo a ciambella sagomato da 24 cm di diametro, infarinatelo e trasferitelo in frigo per 15 minuti. Versate in una ciotola ampia l'olio, lo yogurt, la scorza di limone, 1/4 del succo di limone, lo zucchero al timo e le uova sgusciate e mescolate.

2 Setacciate la farina e il lievito nella ciotola e mescolate accuratamente con un cucchiaino o una spatola. Versate il composto preparato nello stampo e cuocete in forno a 180° per 1 ora. Verificate la cottura con uno stecchino. Sfornate la ciambella e aspettate 10 minuti prima di toglierla dallo stampo.

3 Mescolate lo zucchero a velo con il succo di limone rimasto. Irrorate il dolce ancora tiepido con la glassa trasparente e guarnite con le foglioline di timo avanzate e, se vi piace, pezzetti di limone.







CAKE ALL'OLIO CON FRAGOLE ALLA VANIGLIA

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
COTTURA 1 ORA
600 CAL/PORZIONE

250 g di farina 00 – 300 g di zucchero – 230 ml di olio extravergine d'oliva delicato – 1 baccello di vaniglia – 300 ml di latte – 3 uova – 1 limone non trattato – 1/2 cucchiaino di lievito per dolci – 1/2 cucchiaino di bicarbonato – 2 cucchiaini di Rum – sale – burro per lo stampo
per accompagnare 2 cestini di fragole – 3 cucchiaini di zucchero – 2 cucchiaini di succo di limone

1 Incidete il baccello di vaniglia, prelevate i semini (tenete da parte il baccello) e trasferiteli in una brocca graduata con l'olio e mescolate con una piccola frusta.
2 Aggiungete nel recipiente le uova sgusciate e mescolate ancora; unite poi il latte, la scorza grattugiata del limone e 2 cucchiaini del suo succo.

3 In una ciotola ampia setacciate la farina con il bicarbonato e il lievito. Unite lo zucchero e due prese di sale. Versate al centro gli ingredienti liquidi, aggiungete anche il Rum e mescolate per amalgamare gli ingredienti fino a ottenere un composto liscio.

4 Imburrate uno stampo a cerniera da 20-22 cm di diametro. Rivestite il fondo e le pareti con carta forno, versate il composto e infornate a 175° per 55 minuti.

5 Sfornate il dolce, poi toglietelo dallo stampo e fatelo intiepidire su una gratella eliminando la carta da forno.

6 Intanto lavate le fragole, eliminate i piccioli e tagliatele a tocchetti. Metteteli in una padella antiaderente ampia con il baccello vuoto tenuto da parte, spolverate con lo zucchero e bagnate con il succo di limone. Fate saltare le fragole sul fuoco finché risulteranno sciropose e lasciatele raffreddare. Servite le fragole con il loro sciroppo sulla torta tagliata a fette.



TORTA AL MIELE E MANDORLE

MEDIA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI + IL RIPOSO
COTTURA 45 MINUTI
540 CAL/PORZIONE

150 g di farina 00 – 50 g di mandorle in polvere – 150 g di burro – 100 g di zucchero muscovado chiaro (o di zucchero di canna) – 1 cucchiaino di lievito per dolci – 2 cucchiai di miele – 3 uova – latte – i semini di 1 baccello di vaniglia per la glassa 100 g di burro – 2 cucchiai di miele – 150 g di zucchero a velo – 30 g di mandorle a lamelle – sale

1 Setacciate la farina e il lievito in una ciotola ampia. Aggiungete le mandorle in polvere, il burro morbido, lo zucchero muscovado, il miele, le uova sgusciate, 2 cucchiai di latte e i semini di vaniglia. Mescolate gli ingredienti con le fruste elettriche a bassa velocità.
2 Imburrate e infarinate due teglie da 16 cm di diametro. Suddividetevi il composto e infornate le due torte a 160° per 45 minuti. Fate intiepidire e sfornate.
3 Per la glassa, montate con le fruste elettriche il burro con lo zucchero a velo e il miele, fino a renderlo soffice e spumoso; aggiungete poi un pizzico di sale. Fate tostare le mandorle a lamelle in un padellino.
4 Spalmate 1/3 della glassa su una torta, appoggiate sopra la seconda, premendo leggermente. Ricoprite poi tutto il dolce con il resto della glassa, pareggiandola con una spatola a gomito. Cospargete la superficie con le mandorle tostate e lasciate raffreddare la torta in frigorifero almeno 30 minuti prima di servirla.

TORTA ALLA RICOTTA E ANANAS

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 1 ORA
360 CAL/PORZIONE

230 g di ricotta vaccina – 80 ml di olio extravergine d'oliva – 180 g di zucchero – 180 g di farina 00 – 2 uova grandi – 1/2 bustina di lievito per dolci – 1/2 cucchiaino di bicarbonato – 1 limone non trattato – 8 fette di ananas fresco – 2 cucchiari di miele millefiori – sale – burro per lo stampo

1 Setacciate la ricotta attraverso un colino a maglie larghe in una ciotola ampia, aggiungete l'olio, la scorza grattugiata del limone e lo zucchero. Mescolate con una spatola rigida fino a ottenere

un composto omogeneo. Incorporate le uova sgusciate, uno alla volta. Setacciate nella ciotola la farina con il lievito e il bicarbonato, aggiungete due prese di sale e amalgamate l'impasto dal basso verso l'alto con una spatola.

2 Imburrate uno stampo a cerniera da 20-22 cm di diametro, rivestitelo con un disco di carta forno sul fondo e una striscia lungo i bordi; versate nello stampo metà del composto. Tagliate a dadini 3 fette di ananas, distribuitele sopra l'impasto e versate sopra quello rimasto.

3 Distribuite sulla superficie del dolce le fette di ananas avanzate e infornate a 180° per 1 ora circa. Controllate la cottura inserendo uno stecchino al centro del dolce (dovrà risultare asciutto). Sfornate il dolce e lasciatelo riposare 10 minuti prima di toglierlo dallo stampo. Spennellate la superficie con il miele e servite.



BROWNIES AL CIOCCOLATO E CAFFÈ CON BRICIOLE DI LAMPONI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
570 CAL/PORZIONE

**240 g di farina 00 – 210 g di zucchero – 50 g di cacao
amaro – 3 uova piccole – 1/2 bustina di lievito per dolci –
240 ml di latte – 200 ml di caffè della moka – 80 ml di olio
extravergine d'oliva delicato – sale – burro per lo stampo
per la ganache 180 g di cioccolato fondente al 70% – 180 ml
di panna fresca – lamponi liofilizzati**

1 Imburrate una teglia bassa rettangolare e rivestitela con un foglio di carta da forno. Nella ciotola della planetaria setacciate la farina con il cacao in polvere e il lievito, unite lo zucchero e 2 prese di sale. Incorporate le uova sgusciate, uno alla volta, aggiungendo il successivo solo quando il precedente sarà stato assorbito e lavorando l'impasto con l'attrezzo a foglia. Amalgamate poi il latte, il caffè e l'olio, aggiungendolo a filo. Versate il composto nella teglia e cuocete in forno a 180° per 30-35 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare.

2 Preparate intanto la ganache. Spezzettate il cioccolato fondente e raccoglietelo in una ciotola. Scaldate la panna e versatela sul cioccolato; coprite con un piatto, aspettate 10 minuti, quindi mescolate velocemente gli ingredienti con una spatola, partendo dal centro della ciotola e allargandovi verso i lati.

3 Fate raffreddare la ganache, quindi distribuitela sul dolce disegnando delle onde con una spatola. Guarnite con i lamponi liofilizzati sbriciolati, tagliate il dolce a quadrotti e servite.





Riviera

I VINI PREGIATI DI PUGLIA

Everybody loves *rosé* wine.

Everybody loves *Pungirosa*.

Riviera esalta, attraverso la tradizionale *vinificazione in rosa* realizzata con moderne tecnologie, le peculiari caratteristiche della varietà *Bombino Nero*, la più tipica della zona Castel del Monte (Puglia, Andria) così vocata alla produzione di vini rosati da meritare la D.O.C.G. dal 2011.

Pungirosa è un vino fresco e sapido, con un frutto vivo ben sostenuto ed un gusto morbido e molto delicato, dotato di una grande duttilità negli abbinamenti.



Vivi Cantine Riviera:  

Scopri la nostra storia su www.riviera.it

Acquista online su www.riviera.it/shop

AUTOMATICAMENTE LA NUMERO 1.

AutoDose

Beko AutoDose è la prima lavastoviglie in Europa con dosaggio automatico del detersivo in gel fino a **23 lavaggi**. Il massimo della tecnologia, per il minimo dello stress.



Scopri di più su **beko.it**

beko

buone letture
SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

Storie e glorie di cucina

DELIZIE LETTERARIE PER TUTTI I GUSTI, CON RICETTARI STORICI E INEDITI, TRADIZIONI E SFIZI, TAVOLE E TERRITORI

di Francesca Tagliabue

L'EVOLUZIONE DELLE REGOLE

Estremamente interessante, il volume racconta origini, antropologia, storia e idiosincrasie del comportamento a tavola, con un velo di ironia che non guasta.

Storia delle buone maniere a tavola, Slow Food Ed. a 19,50 €



LA BIBBIA DEL BALSAMICO

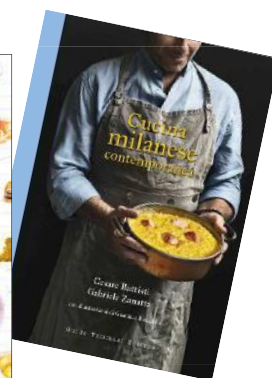
Origini, storia, caratteristiche, pregi e qualità di uno dei prodotti d'eccellenza della gastronomia nostrana, con ricette e abbinamenti.

In italiano e in inglese
Il Balsamico. L'oro nero di Modena, Artoli Editore 1899, a 35 €

STORIE E RICETTE DI PIATTI SIMBOLO

Una vera grammatica che declina gli elementi essenziali della nostra cucina, per chi vuole costruire il proprio linguaggio a tavola. Inclusive 250 ricette, garantite da Slow Food

Grammatica illustrata della cucina italiana, Slow Food Ed. a 29 €



TRADIZIONE... CONTEMPORANEA

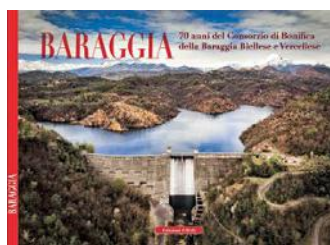
Quando le ricette cardine della classica cucina meneghina, grazie a tecniche e cotture innovative firmate dallo chef Cesare Battisti (vedi pag. 73), vivono una nuova stagione

Cucina Milanese Contemporanea di G. Zanatta, Guido Tommasi Ed., a 28 €

OMAGGIO ALLA "SAVANA D'ITALIA"

In occasione dei 70 anni dell'omonimo Consorzio di Bonifica, il libro illustrato celebra la Baraggia Biellese e Vercellese, terra incognita di boschi e brughiere

Baraggia di Valentina Masotti, Edizioni Effedi, a 25 €



UNA BEVANDA, UN RITO O UN'ARTE?

Tutto questo e anche più: come gustare, a tutte le ore, la bevanda più diffusa al mondo in accostamento a dolci golosi, torte e biscotti

Un tè e una fetta di torta, Liz Franklin, Guido Tommasi Ed. 19,90€

PER CUOCHI E APPASSIONATI

Quando il cuoco dei Re la scrisse nel 1902, la definì un "Promemoria per cucinare ad arte". Le Guide Culinaire rimane oggi una pietra miliare della letteratura gastronomica

Guida alla cucina, di Auguste Escoffier, Giunti Editore, a 24 €



UN'INSOLITA TAVOLA PERIODICA

I fan della cucina speziata vorranno esplorare le inedite combinazioni di sapori proposte da Stuart Farrimond, con i profili delle singole spezie, ricette, consigli, abbinamenti

La scienza delle spezie, Stuart Farrimond, Gribaudo Ed., a 24,90 €

cioccolato

CREMOSO IN GHIOTTI DESSERT AL CUCCHIAIO,
SCIOGLIEVOLE NELLE TORTE, FUMANTE IN TAZZA.
VOLUTTUOSO E IRRESISTIBILE SEMPRE

a cura di Marina Cella, foto archivio Sale&Pepe





BAVARESE AL FONDENTE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
375 CAL/POZIONE

**100 g di cioccolato fondente –
4 tuorli – 250 ml di panna fresca
– 1/2 baccello di vaniglia – 8 g di
gelatina in fogli – 500 ml di latte
– 100 g di zucchero**

1 Ammollate la gelatina per 5 minuti in acqua. Tritate il cioccolato. In un pentolino scaldare il latte con la vaniglia incisa nel senso della lunghezza. In una casseruola lavorate i tuorli con lo zucchero, fino a ottenere un composto spumoso. Versatevi il latte filtrato, portate sul fuoco e cuocete a fiamma bassissima, finché la crema incomincia a velare il cucchiaino. Levate dal fuoco e scioglietevi il cioccolato tritato e la gelatina strizzata. Fate raffreddare a temperatura ambiente.

2 Montate la panna ben fredda di frigo. Quando la crema inizia ad addensarsi, incorporate la panna montata, con movimenti dal basso verso l'alto. Versate il composto in uno stampo alto di 1 litro e mettete in frigo a rassodare per almeno 4 ore. Togliete la bavarese dal frigo mezz'ora prima di servire e decoratela, se vi piace, con frutti di bosco e chicchi di melagrana.

MOUSSE DI CIOCCOLATO AL FORNO

MEDIA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
500 CAL/POZIONE

**250 g di cioccolato fondente – 150 g di burro
+ quello per lo stampo – 250 g di zucchero – 5 uova**

1 Sgusciate le uova e separate i tuorli dagli albumi. Spezzettate il cioccolato, trasferitelo in un pentolino,

mettetelo in un bagnomaria e fatelo fondere.

Unite poco alla volta il burro morbido e mescolate finché il composto risulta liscio e omogeneo. Toglietelo dal bagnomaria, aggiungete lo zucchero, mescolate bene e unite i tuorli, uno alla volta, non unendo il successivo prima che il precedente sia ben amalgamato. Montate gli albumi a neve e incorporateli al composto. Versatelo in una tortiera (22-24 cm di diametro) ben imburrata.

2 Cuocete in forno preriscaldato a 180° per 40 minuti: la torta dovrà essere morbida all'interno e friabile in superficie. Lasciate intiepidire, trasferite delicatamente su un piatto da portata e servite, se vi piace, con panna leggermente montata.



INTERVISTA

Cioccolato al femminile

ANTONELLA ZÀINI
GUIDA CON IL FRATELLO
L'AZIENDA DI FAMIGLIA
DI CUI PORTA IL NOME,
LA PIÙ ANTICA, E OGGI
UNICA, FABBRICA DI
CIOCCOLATO MILANESE.
**QUALE CIOCCOLATO
CONSIGLIA IN CUCINA?**

NON INVASIVO, CON
UNA PERCENTUALE
DI CACAO DEL 50-70%
E PRIVO DI SPICcate
NOTE AROMATICHE. NEI
NOSTRI BLOCCHI *EMILIA*
USIAMO CACAO DI
ORIGINE AFRICANA.

**PERCHÉ LA VOSTRA
TAVOLETTA STORICA HA
UN NOME DI DONNA?**

È IN ONORE DI EMILIA
(SUA LA RICETTA DELLA
MOUSSE AL FORNO A
PAGINA 99, *NDR*), LA TATA
CHE AIUTÒ MIA NONNA
OLGA CON I SUOI 4
FIGLI QUANDO RIMASE
VEDOVA E PRESE LA
GUIDA DELL'AZIENDA.
LE DONNE HANNO
DA SEMPRE UN RUOLO
IMPORTANTE IN ZÀINI,
A PARTIRE DALLA
NONNA, FORTE E
INTRAPRENDENTE MA DI
GRANDE FEMMINILITÀ.



TORTA DI PANE E CIOCCOLATO

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA
530 CAL/POZIONE

**850 ml di latte – 150 g di zucchero
semolato – 70 g di burro a temperatura
ambiente – 240 g di pane raffermo
(preferibilmente pane a pasta dura,
molto ricco di mollica) – 150 g di**

**amaretti – 75 g di cioccolato fondente
– 1 cucchiaino di cacao amaro – 1 uovo –
100 g di pinoli – 75 g di uvetta
– 1 bicchierino di brandy**

1 In una casseruola fate intiepidire
il latte con 115 g di zucchero e 60
g di burro, facendoli sciogliere.

Tagliate il pane a fettine e
spezzettatele, quindi raccoglietele
in una ciotola, bagnate con il latte
e lasciatelo assorbire.

2 Nel frattempo, fate ammorbidire
l'uvetta nel brandy. Incorporate al

pane gli amaretti sbriciolati,
il cioccolato tritato, il cacao,
l'uovo sbattuto, 75 g di pinoli e
l'uvetta strizzata. Rovesciate il
composto preparato in una teglia
rettangolare (di circa 26x16 cm),
rivestita di carta da forno,
e livellatelo.

3 Distribuite sulla superficie lo
zucchero e i pinoli rimasti e il
burro rimanente, a fiocchetti.
Cuocete la torta nel forno caldo
a 180° circa 1 ora. Sfornate, fate
raffreddare e servite a quadrotti.

SALAME DOLCE DI CIOCCOLATO ALLE MANDORLE

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 5 MINUTI
430 CAL/POZIONE

**125 g di mandorle pelate – 75 g di burro
– 150 g di zucchero a velo – 2 uova
– 50 g di cacao amaro – 125 g di biscotti
secchi (tipo petit beurre) – 100 g di
cioccolato fondente**

1 Portate il burro a temperatura ambiente. Tostate le mandorle in forno caldo a 200° per 5-6 minuti; lasciatele raffreddare. Riducete grossolanamente a pezzetti i biscotti e tritate finemente il cioccolato.

2 Lavorate con le fruste il burro con lo zucchero a velo. Sgusciate le uova separando albumi e tuorli. Aggiungete questi ultimi uno alla volta al composto di burro, poi unite il cacao setacciato. Montate gli albumi a neve ben ferma e incorporateli alla preparazione, con movimenti dal basso verso l'altro per non smontarli. Unite anche i biscotti, il cioccolato e le mandorle spezzettate e amalgamate gli ingredienti.

3 Rovesciate il composto su un foglio di pellicola e modellate un cilindro di 6-7 cm di diametro: avvolgetelo stretto a caramella e trasferite in frigo a rassodare per almeno 3 ore. Servite il salame di cioccolato a fette accompagnato da piccoli frutti a piacere.



CIOCCOLATA CALDA AL LATTE DI COCCO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 10 MINUTI
600 CAL/POZIONE

**1 noce di cocco sgusciata – 120 g di
zucchero semolato – 90 g di amido
di riso – 50 g di cacao amaro – 80 g di
cioccolato fondente tritato fine – 100
ml di panna fresca – zucchero a velo**

1 Tenete da parte un pezzetto di cocco e frullate il resto con 850 ml di acqua: fate riposare un'ora, poi filtrate attraverso un telo,

strizzando con forza, e recuperate il latte (potete riutilizzare la polpa per l'impasto di un dolce). Riducete il cocco tenuto da parte a scaglette e tostatele sotto il grill del forno per 3-4 minuti.

2 Miscelate il cacao con lo zucchero semolato e l'amido e stemperateli con poco latte di cocco. Aggiungete il rimanente e fate addensare la cioccolata su fiamma dolce, continuando a mescolare con un cucchiaino di legno e unendo anche il cioccolato.

3 Montate la panna fredda con un cucchiaino raso di zucchero a velo. Servite la cioccolata nelle tazze con la panna e le scaglie di cocco.



DALL'APPASSIMENTO DEI MIGLIORI
GRAPPOLI DI CORVINA,
RONDINELLA, CORVINONE E
MOLINARA NASCE
UN VINO ELEGANTE E LONGEVO,
DALLE COSIDDETTE NOTE
AMANDORLATE, MATURATO
IN BOTTI DI ROVERE

a cura di Monica Pilotto, testo di Sandro Sangiorgi, ricette di Claudia
Compagni, foto di Felice Scoccimarro, styling di Alkèmia

Amarone



RISOTTO ALL'AMARONE
E GRANA PADANO

pag. 106

l'abbinamento

L'AMARONE È UN GRANDE VINO DA CUCINA, LA SUA RICCHEZZA SAPRÀ GRATIFICARE COME POCHI ALTRI IL RISOTTO, DANDO ALLA RICETTA UN MAGNIFICO RESPIRO. IL **RHETICO** HA UN APPROCCIO IMPRONTATO ALLA DOLCEZZA E, SIN DAI PROFUMI, RIESCE A CONDIVIDERE L'EFFLUVIO DEL BURRO E DEL FORMAGGIO, TROVANDO IN BOCCA UN AVVENENTE PUNTO DI CONGIUNZIONE. **L'AMARONE DELLA MUSELLA** È PADRONE DI UN'ENERGIA SOTTERRANEA, QUELLA CHE SERVE PER GIOCARE L'INTERA PARTITA SENZA ESCLUSIONE DI COLPI: SE IL RISOTTO CI TRAVOLGE CON LA VOLUTTUOSA MANTECATURA, ALLA STOFFA DEL VINO IL COMPITO DI TRASFORMARLA E RESTITUIRNE INTATTA LA SINTESI. LA MEDESIMA COMUNIONE DI PERSISTENZE CARATTERIZZA L'INCONTRO DEL RISOTTO CON IL **CLASSICO DI TERRE DI GNIREGA**, QUI LA DIFFERENZA STA NELLA CAPACITÀ DI ESTRARRE DAL CIBO LA SUA BELLEZZA CAMPESTRE.

Un letargo attivo dei grappoli, questo distingue l'Amarone dagli altri grandi rossi del mondo. È l'appassimento, un passaggio che serve ad asciugare gli acini per concentrare le sostanze che compongono le uve fresche, a cominciare dagli zuccheri. Tale consuetudine ha una storia antica e in Valpolicella, nome di origine latina che significa "Valle dalle molte cantine", ci sono vestigia millenarie che confermano l'appassimento come pratica di emancipazione del carattere delle uve. Si prendono i grappolini esterni delle varietà Corvina, Rondinella, Corvinone e Molinara, dette "recie", e si stendono su piccole stuoie o in cassette di legno o di plastica. L'appassimento avviene nel "fruttaio", di solito il piano più alto della casa o comunque un luogo aperto su tutti i lati che può godere di una ventilazione continua.

Se si vuole fare il Recioto l'appassimento può durare fino all'inizio della primavera, per l'Amarone invece i grappoli parzialmente asciugati vengono pigiati poco dopo l'ultimo giorno dell'anno. Ma chi è nato prima, l'Amarone o il Recioto? Il vino ha sempre significato piacere, al punto che in talune epoche il suo valore corrispondeva al momento in cui andava servito, dunque più si avvicinava a un elisir maggiore era il suo pregio. Il Recioto ha avuto sempre una dolcezza generosa, talvolta la sua espressione era più vinosa e facile, non a caso veniva bevuto quasi mosto, effervescente e con la fermentazione ancora in corso. La sua ricchezza si faceva invecchiare a lungo, dando vita a un vino etereo, complesso e mediterraneo. Era riservato ai nobili che lo usavano come compendio di piatti e momenti unici. *segue >*

SOUFFLÉ AL TALEGGIO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

**150 g di Taleggio – 80 g di farina 00 –
80 g di burro – 1/2 l di latte – 4 uova
– 1 foglia di alloro – 3 rametti di timo –
noce moscata – sale – pepe nero**

1 Portate il forno a 180°. Scaldate il latte con la foglia di alloro e il timo fino al limite dell'ebollizione, spegnete, lasciate intiepidire ed eliminate le erbe aromatiche.

Sciogliete il burro in una casseruola, unite la farina in una sola volta, mescolate con una frusta per evitare la formazione di grumi e, mescolando con un cucchiaino di legno, cuocete il roux per 2 minuti su fiamma bassa.

2 Versate a filo il latte caldo, unite una presa di sale e cuocete la salsa per 7-8 minuti, mescolando spesso. Levate la casseruola dal fuoco, private il taleggio della crosta, tagliatelo a tocchetti e unitelo alla salsa, mescolando finché si sarà sciolto. Coprite la salsa e lasciatela intiepidire.

3 Separate i tuorli dagli albumi, unite i primi alla salsa con una macinata di pepe e mescolate. Montate gli albumi e amalgamateli al composto, mescolando con una spatola con movimenti dal basso verso l'alto per non smontare il composto. Imburrate 4 stampi da soufflé di 8 cm di diametro, quindi versatevi l'impasto e trasferiteli nel forno già caldo per 35 minuti. Serviteli appena fuori dal forno.



l'abbinamento

CUSTODIRE LA SENSAZIONE SOFFICE E VOLUMINOSA DEL SOUFFLÉ, QUESTO È IL COMPITO DI UN BRAVO SOMMELIER. LA NOSTRA SCELTA PREVEDE UN VINO CHE ACCOGLIE E CONTIENE, CHE TRASPORTA IL PIACERE DEL CIBO FINO IN FONDO, QUASI NON INTERFERISCE CON LA COMPONENTE DELICATA E SI PREOCCUPA SOLO DELL'INTENSA PERSISTENZA DEL TALEGGIO. IL **SANTICO** È IL PIÙ ACCURATO, IN VIRTÙ DELLA SUA MODERAZIONE DALLA QUALE EMERGE

UN SENTORE DI CONFETTURA ADATTO AL RETROGUSTO DEL FORMAGGIO.

IL **MORÒPIO** È UN AMARONE DALLA PERSONALITÀ PIÙ VIVACE, AL PUNTO CHE LA GENEROSITÀ ALCOLICA RIESCE A NASCONDERSI FINO ALL'EPILOGO PIENO E APPAGANTE. IL **ROSSON** METTE IN CAMPO UNA COMPLETEZZA CHE POTREBBE APPARIRE SOPRA LE RIGHE, MA GIÀ DAL SECONDO INCONTRO TRA CIBO E VINO RIVELA UN'IRRESISTIBILE TENEREZZA.

Quando il non completo appassimento delle uve portava alla quasi totale fermentazione degli zuccheri, si diceva che il vino diventasse “amaro” (per noi secco) con diverse gradazioni: dall'abboccato si andava all'asciutto, passando per l'affascinante definizione di “amandorlato”. Questo è il moderno Amarone che dagli anni Trenta del Novecento comincia a prendere piede anche a livello internazionale e, nel giro di mezzo secolo, diventa il vino simbolo della sua zona. La Valpolicella, appunto, che in verità avrebbe una raffinata gradazione produttiva dalla quale cogliere diverse tipologie, in linea con le differenti vocazioni territoriali e di interpretazione. Il Consorzio omonimo infatti tutela

le Doc che generano il Valpolicella in versione giovane e il Valpolicella Superiore, compresa la versione “Ripasso”. E poi le Docg Amarone e Recioto, un sistema di selezione delle uve che determina una gerarchia qualitativa anche nel rispetto della diversa attitudine gastronomica. Vale la pena segnalare anche la distinzione territoriale tra la Valpolicella Classica, a nord ovest del capoluogo veronese, e la sezione della provincia a oriente della città, dove si parla di Valpolicella senza ulteriore indicazione.

In questi ultimi trent'anni la produzione si è concentrata sull'Amarone e ha “dimenticato” i Valpolicella e il Recioto. La nostra selezione, dunque, prende in esame gli esem-



FILETTO DI BUE SCOTTATO CON SALSA DI GORGONZOLA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
440 CAL/PORZIONE

4 fette da 150 g l'una di filetto di manzo – **1 cespo di insalata belga** – **1 cespo di radicchio tardivo** – **80 di gorgonzola** – **1 dl di latte** – **1 cucchiaino di senape dolce** – **1 cucchiaino di salsa di soia** – **30 g di burro** – **1 spicchio d'aglio** – **3 rametti di timo** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe nero**

1 Tagliate il gorgonzola a dadini, trasferitelo in un pentolino e unite il latte. Scaldare gli ingredienti su fiamma bassa finché il formaggio si sarà sciolto, unite la senape e la salsa di soia, mescolate e tenete in caldo.

2 Sciogliete il burro in una padella dal fondo spesso, unite lo spicchio d'aglio sbucciato e schiacciato e 2 rametti di timo, poi eliminateli quando l'aglio inizierà a dorare. Salate e pepate la carne; poi cuocetela su fiamma vivace 2 minuti per lato.

3 Levate i filetti dal fondo di cottura, disponeteli nei piatti, mescolate la salsa al gorgonzola e versatela sulla carne. Guarnite a piacere con foglioline di timo e accompagnate con foglie di belga e radicchio tagliate a tocchetti e condite con 3 cucchiaini di olio e una presa di sale.

l'abbinamento

LA MATURITÀ DELLA CARNE, INTESA COME ETÀ DELL'ANIMALE E COME FROLLATURA, È DECISIVA PER DARE ALL'AMARONE LA POSSIBILITÀ DI ACCOSTARSI AL PIATTO SENZA SOVRASTARLO. IL RESTO È UN AVVINCENTE GIOCO DI POSIZIONI: DA UN LATO LA SALSA CON LA SUA MIMETICA E PERVASIVA SFUGGEVOLEZZA,

DALL'ALTRO L'ETEREA SPIRITUALITÀ CHE NEL FARSÌ MATERIA RENDE OGNI ATTIMO INDIMENTICABILE. SOSTANZIOSO E MINERALE, IL VINO DI **CORTE SANT'ALDA** CONSEGNA UN ACCOSTAMENTO DA MANUALE, NITIDO E DIDASCALICO. IL **CLASSICO STROPA** RIBALTA I RUOLI: È IL SUO BOUQUET ETEREO LA CHIMERA DA INSEGUIRE,

COSÌ CHE LA NUTRITA SPEZIATURA DELLA SALSA SI ESTENDA NONOSTANTE IL PODEROSO RITORNO DEL PROFUMO DI FRUTTA APPASSITA. IL **RAVAZZÒL** HA IL PREGIO DELL'ARMONIA, QUELLA RARA CONDIZIONE CHE VA OLTRE L'EQUILIBRIO E FA VIVERE OGNI VIBRAZIONE COME UNICA, SPECIALE, E AFFRONTA IL CIBO CON RISPETTO E PARTECIPAZIONE.

plari di aziende che fanno dell'Amarone un soggetto da curare nella sua eccezionalità. In effetti, il rosso veronese deve il suo successo alla generosa e crepuscolare levità che corrisponde alla sua fisionomia ideale, lontana dalle versioni che puntano solo su una pressante densità tattile e su una morbidezza gustativa fine a se stessa.

La selezione dei grappoli migliori e la successiva modalità dell'appassimento fanno la differenza. Privo di un'adeguata serie di sottigliezze l'Amarone arriva sul cibo con un eccesso di vigore e non può "ascoltare" e accogliere la complessità, condizione fondamentale per proporsi come ministro della tavola.

Il suo campo ideale è quello dei formaggi stagionati, dove il fervore che lo anima seduce la pasta concreta, talvolta gessosa, e ne scioglie le migliori intenzioni. L'Amarone funziona sulle carni, in particolare gli umidi di lunghe cotture, o gli spezzatini cucinati in sughi piccanti, sui quali opera l'azione emolliente, mentre l'alcol amministra l'eventuale ritorno dell'untuosità, soprattutto se questa è generata dall'unione di grassi diversi, divenuti più complicati dopo la cottura. Una bellissima mediazione è tra un Amarone importante, maturo, che magari ha visto attenuarsi la leggera dolcezza degli inizi, con il carrello dei bolliti, soprattutto se accompagnati da salse pungenti e agrodolci.

le nostre scelte

9 bottiglie selezionate privilegiando varietà del territorio e approccio naturale nei criteri di produzione



Amarone Classico Rhetico, Cantina Bolla, 045 6836555, € 25 È il vino più moderno dello storico marchio: maturato in barrique, ha una voluttuosa immediatezza da provare su un maturo Monte Veronese di malga.



Amarone Musella 045 973385, € 33 L'azienda di Maddalena Pasqua è contenuta in un bosco ed è condotta in biodinamica; il suo Amarone è forte e gentile, merita di cucinare e servire la sensuale ricchezza di un risotto.



Amarone Classico Terre di Gnirega 333 7701122, € 28 La cura nella selezione e nell'appassimento delle uve crea un vino di estrema eleganza, abile a incarnare il fervore dello spirito che su un brasato manifesta la propria morbida corporeità.



Amarone Classico Santico, Cantina Santi 045 6529068, € 27 Ottenuto solo con Corvina e Rondinella, è un Amarone dal carattere delicato: ha l'equilibrio per affacciarsi sulla fibra del manzo bollito accompagnato da una salsa agrodolce.



Amarone Classico Moròpio, Antolini Vini, 333 6546187, € 39 La vigna è a 350 metri di altezza, le varietà della Valpolicella sono appassite naturalmente, il vino ha una finezza viva e coinvolgente, da accostare allo stracotto d'asino.



Amarone Rosson Terre di Pietra, 328 0849020, € 60 Prodotto unendo uve della zona Classica e della zona allargata, è un Amarone ecumenico, ampio nei profumi, dalla stoffa setosa, ideale per la pungenza dell'anatra in salmi.



Amarone Corte Sant'Alda 045 8880006, € 60 Le uve derivano da tre vigneti; una scelta draconiana dei grappoli e l'appassimento naturale generano un vino di notevole spessore, all'altezza della migliore cucina di caccia.



Amarone Classico Stropa Monte dall'Ora, 045 7704462, € 80 Agricoltura, vinificazione e lungo affinamento naturali, conferiscono un potere emotivo al vino capace di distendersi pieno su un grana padano stagionato.



Amarone Classico Ravazzòl Ca' la Bionda 045 6801198, € 65 Nasce dal vigneto omonimo col contributo di tutte le quattro varietà, intenso nella sua munifica espansività odorosa e gustativa, fa sua una fonduta di formaggi veneti.

Prezzi forniti dalle aziende: possono subire variazioni a seconda del rivenditore

si serve così

L'AMARONE NON VA SERVITO OLTRE 16-18°, COSÌ L'ALCOL NON DIVENTA SOFFOCANTE E CONSENTIAMO ALL'EQUILIBRIO TRA PROFUMI, TANNICITÀ SETOSA, FRESCHEZZA E MINERALITÀ DI RENDERE AL

MEGLIO NELL'AVVOLGENTE FLUSSO DEL SAPORE. IL DISCIPLINARE DI PRODUZIONE DELLA DOCG PREVEDE CHE L'AMARONE ESCA DOPO ALMENO 4 ANNI DI MATURAZIONE IN CANTINA IN CONTENITORI DI

ROVERE. L'AFFINAMENTO PUÒ ANDARE POI DA 7-10 ANNI A OLTRE 50 PER I VINI PIÙ FINI E AUTOREVOLI. IL CALICE È CAPIENTE, MA SEMPRE SLANCIATO, COSÌ DA POTER COGLIERE ANCHE LE SFUMATURE PIÙ SOTTILI.



RISOTTO ALL' AMARONE E GRANA PADANO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 5 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
440 CAL/PORZIONE

240 g di riso Carnaroli – 1,2 litri di brodo di carne – 1 scalogno – 2,5 dl di Amarone – 40 g di grana padano Dop grattugiato – 30 g di burro – olio extravergine d'oliva – sale – pepe nero

1 Sbucciate e tritate finemente lo scalogno, lasciatelo stufare dolcemente in una casseruola con la metà del burro e un cucchiaio di olio fino a quando diventa morbido, unite il riso e tostato nel condimento per 2 minuti.
2 Versate il vino poco alla volta e proseguite la cottura finché sarà evaporato. Unite il brodo bollente, poco alla volta, e continuate la cottura finché il riso risulterà al dente.
3 Regolate di sale, spegnete, unite il grana e il burro rimasto, profumate con una macinata di pepe nero e mescolate finché gli ingredienti si saranno ben amalgamati, coprite la casseruola e lasciate riposare per 2 minuti. Servite guarnendo a piacere con una fogliolina di salvia.

Piatti di Broste Copenhagen e Royal Dulton, ciotola insalata Luca Pedone ClayLab, posate 100FA, cocottine di Maxwell & William. Indirizzi a pagina 122

NUTRI
FREE

Le BRIOCHE

SENZA GLUTINE



SENZA LATTOSIO



SORRIDI!

E' arrivata la Brioche Senza Glutine che Mancava

Nutrifree ogni giorno pensa al tuo benessere alimentare e a nuovi modi per offrirti un sorriso. Sorridere è un linguaggio universale, fa bene al corpo e allo spirito ed è contagioso. Le nuove Brioche Nutrifree, con il loro ripieno ricco e goloso, sono **SORRISO APPROVED**.

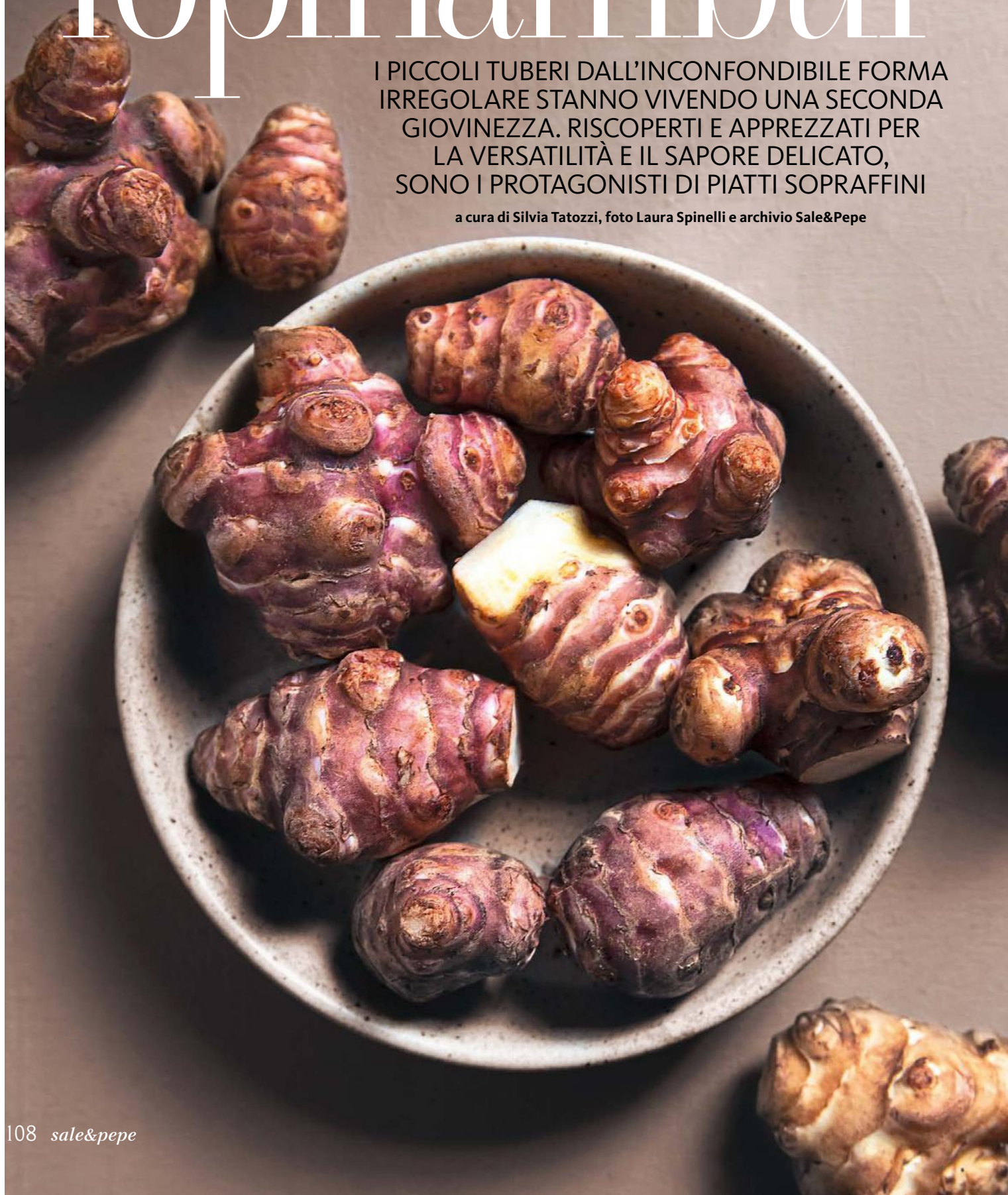
Non ci credi? Provale subito e scopri la tua preferita tra: Albicocca (senza lattosio), Cacao o Cacao Dark. Perfette a colazione e per una merenda senza glutine semplice e gustosa, anche fuori casa, grazie al pratico formato monoporzione.

Visita il sito www.nutrifree.it per conoscere il punto vendita più vicino

Topinambur

I PICCOLI TUBERI DALL'INCONFONDIBILE FORMA IRREGOLARE STANNO VIVENDO UNA SECONDA GIOVINEZZA. RISCOPERTI E APPREZZATI PER LA VERSATILITÀ E IL SAPORE DELICATO, SONO I PROTAGONISTI DI PIATTI SOPRAFFINI

a cura di Silvia Tatozzi, foto Laura Spinelli e archivio Sale&Pepe





TORTA SALATA CON SCAMORZA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

1 rotolo di pasta sfoglia pronta già stesa – 500 g di topinambur – 300 g di scamorza – 250 ml di besciamella – 1 ciuffo di prezzemolo – 1 scalogno – 1 limone – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Sbucciate i topinambur con un pelapatate o un coltellino affilato, tagliateli a fettine sottili e metteteli a bagno in acqua acidulata con il succo del limone. Srotolate la pasta sfoglia e sistematele con la carta in dotazione in una tortiera bassa da 20 cm di diametro; bucherellate il fondo con una forchetta e tagliate l'eventuale carta da forno in eccesso con un paio di forbici (per evitare che bruci in forno).
2 Sgocciolate i topinambur e rosolateli per 5 minuti in una padella con 2 cucchiaini di olio e lo scalogno sbucciato e affettato sottilmente; fate intiepidire.
3 Mescolate la scamorza tagliata dadini con la besciamella, le foglie di prezzemolo lavate e tritate, sale e una macinata di pepe. Incorporate i topinambur, versate il composto sulla sfoglia e infornate a 180° per 25 minuti.

BRUTTI MA BUONI

UN DONO DALLE AMERICHE QUESTO PICCOLO TUBERO DALL'INCONFONDIBILE ASPETTO BITORZOLUTO ARRIVÒ IN EUROPA DOPO LA SCOPERTA DELLE AMERICHE. SECONDO ALCUNI STUDIOSI IL NOME DERIVEREBBE PROPRIO DA UNA TRIBÙ D'INDIANI NORDAMERICANI, I TUPINAMBÀS. EBBE SUBITO FORTUNA, E A PARTIRE DAL '600, INIZIÒ A comparire nelle cucine di tutta Europa (in Italia si è diffuso in particolar modo in Piemonte, dove viene chiamato "CIAPINABÒ"), ARRIVANDO A SOSTITUIRE LA PATATA, RELEGATA A FORAGGIO PER GLI ANIMALI. NONOSTANTE L'ESORDIO PROMETTENTE, IL TOPINAMBUR CONOBBE POI UN LUNGO OBLIO: CONSIDERATO MENO "NUTRIENTE" RISPETTO ALLA PATATA PER LA SCARSITÀ DI AMIDO, VENNE QUASI DIMENTICATO.

TANTO GUSTO E BENESSERE NEGLI ULTIMI ANNI LA POLPA CARNOSA DI QUESTO TUBERO È STATA RISCOPERTA E ANCHE DAL PUNTO DI VISTA ORGANOLETTICO: POVERO DI AMIDO, IL TOPINAMBUR È PRIVO DI GLUCOSIO ED È DUNQUE UN ALIMENTO IDEALE PER I DIABETICI.
PROTAGONISTA IN CUCINA VERSATILE, CON UN GUSTO CHE RICORDA QUELLO DEL CARCIOFO, SI PRESTA A TUTTE LE COTTURE: STUFATO, FRITTO, LESSATO E COTTO AL VAPORE; DECLINATO IN RISOTTI E VELLUTATE, MA DA PROVARE ANCHE CRUDO, SBUCCIATO E AFFETTATO, IN PINZIMONIO O IN INSALATA, NELLA CLASSICA BAGNA CAUDA O CON LA FONDUTA. CON QUALCHE ACCORGIMENTO: PER SBUCCIARLO USATE UN COLTELLINO O UN PELAPATATE; A CONTATTO CON L'ARIA SI OSSIDA E ANNERISCE: UNA VOLTA SBUCCIATO, SE NON LO CUOCETE SUBITO, TUFFATELO IN ACQUA E SUCCO DI LIMONE.

**MEDICINA
ALIMENTAZIONE
BELLEZZA
FITNESS
PSICOLOGIA
DIETA
CURE DOLCI**



**ORA IN
EDICOLA**



Starbene
ispira il tuo benessere

Stile Italia Edizioni



INTERVISTA

Agricoltori di tendenza

LORENZO BARRA E PIETRO CIGNA SONO I FONDATORI DI CRESCO, UN'INNOVATIVA AZIENDA AGRICOLA IN VALLE VARAITA (CN) CHE "AUTOPRODUCE" IL CIBO PER LA COMUNITÀ: IN CAMBIO DI UNA QUOTA ANNUALE LE FAMIGLIE LOCALI RICEVONO ORTAGGI A "KM ZERO", TRA CUI IL TOPINAMBUR.

QUANTE VARIETÀ ESISTONO?

IL BORDEAUX, PIÙ DIFFUSO, SI SEMINA ALLA FINE DELL'INVERNO E SI RACCOGLIE DA OTTOBRE FINO A INIZIO PRIMAVERA; IL BIANCO PRECOCE, DISPONIBILE GIÀ DA FINE AGOSTO.

È FACILE DA COLTIVARE?

LA PIANTA (DI CUI SI CONSUMA LA RADICE) SI CHIAMA *HELIANTHUS TUBEROSUS* PERCHÉ A FINE ESTATE REGALA GRANDI FIORI GIALLI CHE RUOTANO IN DIREZIONE DEL SOLE. È RESISTENTE, MA ANCHE UN PO' INFESTANTE, CARATTERISTICA CHE IN PASSATO NE HA SCORAGGIATO LA COLTIVAZIONE.



FUSILLI CREMOSI CON NOCCIOLE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
620 CAL/PORZIONE

320 g di fusilli lunghi – 400 g di topinambur – 300 ml di brodo vegetale – 1 scalogno – 100 g di mortadella – 40 g di nocciole – 1 foglia di alloro – timo – 50 ml di panna fresca – 60 g di burro – sale – pepe

1 Sbucciate i topinambur, tagliateli a tocchetti e fateli rosolare in una casseruola con 40 g di burro, lo scalogno sbucciato e affettato, la foglia di alloro e 1 rametto di timo; salate, pepate, bagnate con il brodo, coprite con un coperchio e continuate la cottura a fuoco basso per circa 20-25 minuti. Intanto tagliate la mortadella a listarelle e tritate grossolanamente le nocciole. Eliminate la foglia di alloro e il rametto di timo, trasferite i topinambur con il brodo

di cottura nel mixer insieme con la panna e frullate.

2 Tuffate la pasta in una pentola con abbondante acqua bollente salata e cuocetela al dente.

3 Fate tostare le nocciole tritate grossolanamente in un pentolino con il burro rimasto e qualche fogliolina di timo, unite un pizzico di sale e spegnete il fuoco.

4 Scolate i fusilli al dente e conditeli con la crema di topinambur. Completate con mortadella e le nocciole e servite.

RISOTTO CON BURRO AL LIMONE E NOCCIOLE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
440 CAL/PORZIONE

320 g di riso superfino Roma – 400 g di topinambur – 80 g di nocciole sgusciate e spellate – 1 limone non trattato – 1 scalogno – brodo vegetale – vino bianco secco – 3 cucchiaini di grana padano Dop grattugiato – timo – 70 g di burro – sale – pepe

1 Grattugiate la scorza del limone e trasferitela in una ciotola con 1 cucchiaino del suo succo filtrato, sale, pepe, le foglioline di 1 rametto di timo e 50 g di burro morbido. Lavorate gli ingredienti con un cucchiaino fino a ottenere un composto omogeneo e trasferitelo in frigorifero.

2 Sbucciate i topinambur, tagliateli a tocchetti e metteteli a bagno in acqua con il succo di limone rimasto; sbucciate lo scalogno, tritatelo finemente e fatelo rosolare in una casseruola con il burro avanzato; unite il riso, fatelo tostare per qualche istante e poi sfumate con 1/2 bicchiere di vino.

3 Aggiungete i topinambur scolati e 2 mestoli di brodo caldo e cuocete il riso unendo man mano altro brodo. Tritate grossolanamente le nocciole e fatele tostare in un padellino. Quando il risotto sarà cotto, unite il grana e fate mantecare. Servite il risotto con il burro al limone a riccioli e le nocciole tostate.



FLAN CON SALAME E AMARETTI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 20 MINUTI
875 CAL/PORZIONE

1 salame da pentola da 600 g – 500 g di topinambur – 3 uova – 200 ml di panna fresca – 50 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato – 20 g di amaretti – 1 limone – 20 g di burro – sale – pepe

1 Lessate il salame partendo da acqua fredda per 45 minuti dall'ebollizione.

2 Sbucciate i topinambur e metteteli a bagno in acqua e succo

di limone; scolateli e tagliateli a fettine. Tenete da parte 8 fettine e lessate il resto in acqua salata per 5-6 minuti; poi scolatele e frullatele. Fate raffreddare e frullatele di nuovo con le uova, la panna, sale, pepe e il parmigiano.

3 Imburrate 4 stampini da 7 cm di diametro, disponete sul fondo 1 fetta di salame cotto da 1 cm di spessore, versate il composto di topinambur e coprite con una fetta di salame. Cuocete in forno a bagnomaria a 180° per 35 minuti.

4 Sformateli, decorateli con le fettine di topinambur tenute da parte e gli amaretti sbriciolati. Se vi piace, irrorate a filo con glassa all'aceto balsamico.

ARTE CASEARIA DAL 1900

Burrata di Andria I.G.P.





Università
Telematica

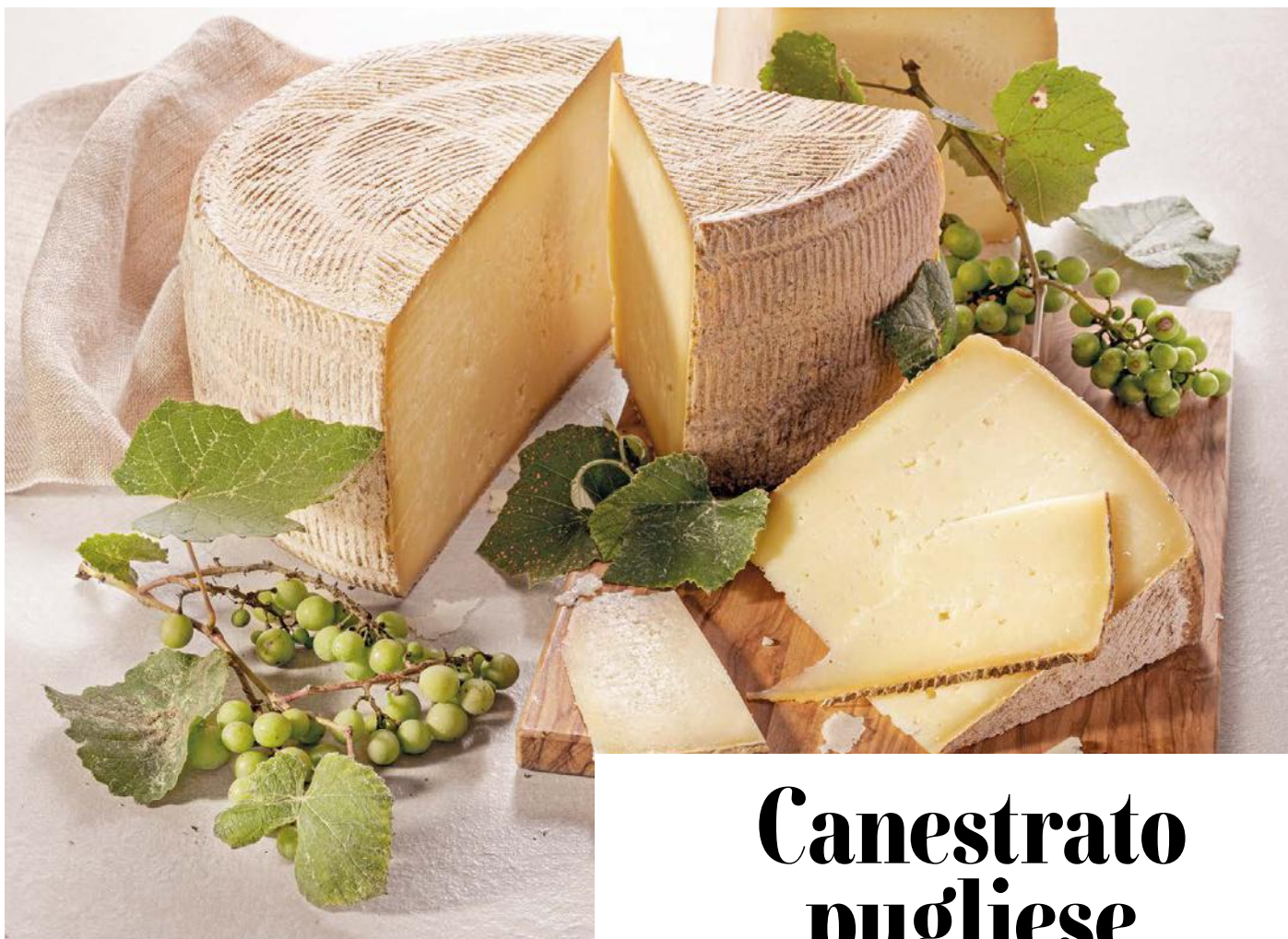


L'Università dove studi e sostieni gli esami online.

www.unipegaso.it

Numero Verde

800.185.095



Canestrato pugliese

È UN PECORINO RARO, DELIZIOSO
FRESCO, SAPORITO SUI PRIMI PIATTI.
TIPICA LA CROSTA RUGOSA, CHE
RIPRODUCE LE TRAME DEI CANESTRI

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda
Si ringrazia Luigi Guffanti 1876 Formaggi per la fornitura del canestrato

Il canestrato è figlio della transumanza, la tradizione millenaria di spostare le greggi dalla pianura ai monti con il cambio delle stagioni, così preziosa da essere iscritta nel Patrimonio Immateriale dell'Umanità dell'Unesco per il suo valore ambientale, sociale e culturale. In Puglia questa pratica ha dato vita a un piccolo gioiello caseario, il canestrato appunto, che un tempo veniva preparato da dicembre e maggio, quando le pecore scese dalle montagne abruzzesi sostavano nelle pianure del Tavoliere. "Un formaggio antico, documentato fin dal '400, che era merce di scambio con le coste Dalmate" spiega Giuseppina Ortalizio, delegata Onaf (Organizzazione. Naz. Assaggiatori Formaggi) di Bari. "Il nome deriva dai canestri di giunco intrecciato, tipici dell'artigianato locale, dentro i quali viene pressato per favorire la fuoriuscita dell'umidità e si svolge la prima parte della stagionatura. I segni delle fiscelle (cesti) sono ben visibili nella rugosità della crosta, marrone con

striature gialle, che durante la maturazione è trattata con olio extravergine della cultivar locale Coratina", conclude. Il canestrato pugliese ha ottenuto la Dop nel 1996: la zona di produzione comprende tutta la provincia di Foggia e la zona nord del Barese; le tipologie sono Giovane, fino a 60 giorni, e Maturo, fino ai 10 mesi di stagionatura. È un'eccellenza di nicchia con due soli caseifici, senza un consorzio: al di fuori dei confini regionali lo vendono i negozi più forniti oppure si può comprare on line. Secondo il disciplinare, deve essere prodotto con latte fresco intero di pecore di razza Merinos e Gentile di Puglia, allevate nei pascoli *segue >*

flessuosi' giunchi'

La tradizione di intrecciare i giunchi è molto diffusa in Puglia, dove la pianta è particolarmente flessuosa e malleabile.

Acquarica del Capo, la *Città del giunco*, vanta un museo dedicato.

ORECCHIETTE BARESI CON FONDUTA DI CANESTRATO

PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
30 MINUTI
COTTURA 3 ORE
850 CAL/PORZIONE

400 g di orecchiette baresi (molto piccole) - noce moscata - sale
per il ragù 100 di muscolo di vitello - 100 g di capocollo di maiale e 100 g di polpa di costato di manzo tutti a pezzetti di circa 1 cm di lato - 10 g di carote e 10 g di sedano a dadini - 20 g di cipolla a dadini - 1 spicchio d'aglio in camicia - 2 foglie di alloro - 200 g di salsa di pomodoro - 150 g di olio extravergine d'oliva - sale - pepe
per la fonduta 50 g di canestrato - 150 di panna

1 Rosolate la carne in una padella con metà olio fino a quando avrà acquistato una bella colorazione; salate e pepate.

2 In una pentola fate rosolare dolcemente nell'olio rimasto i dadini di verdure, aggiungete l'aglio, l'alloro, la carne, la salsa di pomodoro e, se risultasse troppo denso, allungate con un po' di acqua; fate sobbollire per 1 minuto e regolate

di sale. Coprite e proseguite la cottura a fuoco lento per circa 3 ore, girando di tanto in tanto con un cucchiaino di legno.

3 Nel frattempo portate a bollore in un pentolino la panna, aggiungete il formaggio e fatelo sciogliere bene mescolando.

Tenete in caldo.

4 Cuocete le orecchiette in abbondante acqua salata, scolatele e conditele con il ragù. Completate con la fonduta di canestrato e una grattugiata di noce moscata.

Reinterpretazione della ricetta dello chef Angelo Sabatelli, Putignano (BA)

della zona ricchi di erbe aromatiche e, d'inverno, con integrazione di fieno e pochissimi mangimi controllati. La lavorazione, entro 24-36 ore dalla mungitura, prevede l'uso di caglio animale, salatura in salamoia o a secco, stagionatura su tavole di legno in ambienti naturali o cantine.

Con i piatti della tradizione

Pasta compatta ed elastica nei primi mesi, che diventa friabile con la stagionatura. Al naso sentori di burro e di vegetali come rafano, frutta secca, mela matura, che richiamano le erbe dei pascoli di cui si nutrono le pecore. Sapore complesso, con note piccanti non prevaricanti e una leggera inflessione amara. Ecco il profilo organolettico del canestrato pugliese che, nella sua terra, si usa molto da grattugia, in versione stagionata, per insaporire le ricette della tradizione: orecchiette ma anche ziti e mezzi ziti al pomodoro o al ragù, quello classico con le "bracirole", involtini di carne ripieni di prezzemolo, aglio e pecorino cotti molto lentamente nella salsa di pomodoro, che si possono anche servire come secondo piatto. Ma una spolverizzata di canestrato è perfetta per dare sprint a tanti primi, dalla pasta al forno al risotto, o alle verdure ripiene. Tra gli altri abbinamenti tipici troviamo i lampascioni, piccole cipolle pugliesi, cotte in umido oppure con le uova, completate con scaglie di pecorino; o i funghi cardoncelli della Murgia barese. Il canestrato giovane, più delicato, è delizioso con le verdure fresche, in particolare fave, cicoria, sedano, ravanelli; con la frutta ma anche abbinato al miele millefiori, alla mostarda di pere o mele cotogne, alla composta di cipolle.





Bella Vita
Vivere accogliente

**Bel
design!**

**La casa si tinge
dei colori dell'orto!**

Apri le finestre, lascia entrare il sole
e il profumo del prato...

**Colori e stampe ispirate al giardino e agli ortaggi:
perché in cucina anche l'occhio
vuole la sua parte!**



Bella Vita
Vivere accogliente

Questa è la collezione Garden
SCOPRI LE ALTRE NELLO SHOP ONLINE

SEGUICI  

www.bellavitastore.it

TECNICHE

salse

DI FRUTTA SECCA

A BASE DI PINOLI,
MANDORLE,
PISTACCHI
E NOCCIOLE, SONO
IDEALI PER
ACCOMPAGNARE
CARNI, PESCI, UOVA
E VERDURE

a cura di Cristiana Cassé, foto
di Maurizio Lodi, styling di Laura
Cereda, in cucina Livia Sala



Di pinoli

1 Pestate nel mortaio 200 g di pinoli, aggiungendo qualche goccia d'acqua per ottenere una poltiglia. Unite, poco per volta, 100 ml circa di olio extravergine d'oliva o quanto necessario per ottenere una salsa omogenea.

2 Aggiungete 1 cucchiaino di aceto e 1 cucchiaino di zucchero e salate poco. Se vi piace, potete aggiungere un pizzico di cannella.

3 Guarnite la salsa con qualche pinolo intero e utilizzatela per accompagnare uova in camicia e pollame freddo.

Di pistacchi

1 Fate stufare 2 cipolle bianche tritate con 3 cucchiaini di burro a fuoco basso: se necessario unite 2 cucchiaini di acqua (non devono prendere colore). Aggiungete 1 carota tagliata a dadini e cuocete ancora 5 minuti. Bagnate con 1/2 litro di brodo vegetale e fatelo ridurre della metà.

2 Pestate 100 g di pistacchi sgusciati non salati e tostateli leggermente in una padella. Uniteli agli ortaggi e fate addensare ancora un poco (circa 5 minuti).

3 Servite la salsa con arrostiti e bolliti di carne bianca.



Romesco

1 Private dei semi 2 peperoncini secchi (sceglieteli un po' carnosi) e fateli rinvenire in acqua bollente per 30 minuti. Mettete in una teglia 3 pomodori ramati con 7-8 spicchi d'aglio sbucciati e 50 ml di olio e cuocete in forno caldo a 200° per 15 minuti.

2 Spellate i pomodori e frullateli con l'olio e l'aglio, 1 fetta di pane tostato, i peperoncini scolati, 100 g tra nocciole e mandorle pelate e sale: montate la salsa versando a filo 100 ml di olio. Infine, incorporate 1 cucchiaino di paprica.

3 Servite la salsa con crostacei alla griglia, molluschi, pesce fritto, carne bianca e rossa.

TECNICHE **SALSE DI FRUTTA SECCA**

Uova in camicia con salsa di pinoli

1 Portate leggero bollore 2 litri d'acqua con 2 cucchiaini d'aceto bianco e 1 presa di sale. Sgusciate un uovo su un piattino, fatelo scivolare delicatamente nell'acqua, abbassate subito il fuoco e, con 2 cucchiaini sollevate l'albume sopra il tuorlo, in modo lo copra. Cuocete 3 minuti. Immergete una schiumaiola nella casseruola, fatela scorrere sotto l'uovo con molta cura per non scalfirlo, prelevatelo dall'acqua e deponetelo su un tagliere.

2 Preparate così altre 11 uova, poi privatele delle sbavature di albume con un coltellino. Tostate in padella 12 fette di pane ai cereali con un filo d'olio e servitele con le uova e la salsa di pinoli.



1



2



1



2

Rotolone di tacchino con salsa di pistacchi

1 Mescolate in una ciotola 200 g di polpa di vitello macinata, 100 g di pasta di salame, 150 g di mortadella a cubettini, 2 uova, 3 cucchiaini di parmigiano reggiano Dop grattugiato, noce moscata, sale e pepe. Battete con il pestacarne una fetta di fesa di tacchino di 600 g e disponetevi sopra l'impasto lasciando libero un bordo di 2 cm: arrotolate la carne, avvolgetela strettamente con un telo e legate con lo spago le estremità e il corpo.

2 Create due anelli di spago alle estremità del rotolo in modo da poterlo assicurare a 2 cucchiaini di legno, che metterete di traverso su una pentola colma d'acqua: il rotolo deve essere completamente immerso e appeso in modo da non toccare il fondo. Cuocete per 2 ore a fuoco medio basso. Eliminate il telo e servite il rotolo a fette con la salsa di pistacchi.

Sgombro alla griglia con salsa romesco

1 Sbollentate 2 finocchi tagliati a spicchi in acqua bollente salata per 4-5 minuti. Scolateli e cuoceteli su una piastra unta con 2 o 3 cucchiaini di olio. Pulite e tagliate a rondelle 2 cipolle di Tropea e aggiungetele sulla piastra accanto ai finocchi. Grigliate gli ortaggi finché saranno ben abbrustoliti da ambo lati; teneteli da parte.

2 Spennellate con poco olio 12 filetti di sgombero e cuoceteli sulla griglia 2 minuti per lato partendo da quello con la pelle. Disponete nei piatti finocchi, cipolle, una decina di olive nere denocciolate e di pomodorini ciliegia tagliati a metà, aggiungete il pesce e accompagnate con la salsa romesco.



1



2

LE DOSI SONO PER 6 PERSONE

un'idea in più con le mandorle

ECCO UNA VERA DELIZIA PER ACCOMPAGNARE CARNI BIANCHE (IL TACCHINO IN PARTICOLARE) E PESCI DI GUSTO FORTE (COME GLI SGOMBRI E LE SARDE). FATE SCIOGLIERE 15 G DI BURRO

UNA CASSERUOLA E TOSTATEVI, MESCOLANDO IN CONTINUAZIONE, 60 G DI MANDORLE TRITATE FINEMENTE. UNITE CUCCHIAIO DI FARINA FACENDOLA CADERE DA UN COLINO E, SEMPRE

MESCOLANDO, STEMPERATE IL TUTTO CON 150 ML DI BRODO VEGETALE RISTRETTO (O DI TACCHINO) VERSATO A FILO. SALATE, UNITE 1 CUCCHIAIO DI ZUCCHERO E ABBONDANTE NOCE MOSCATA. APPENA

LA SALSA RAGGIUNGE L'EBOLLIZIONE, TOGLIETELA DAL FUOCO E TENETELA IN CALDO A BAGNOMARIA. SOLO AL MOMENTO DI SERVIRE, MISCELATELA CON 1 CUCCHIAIO DI PANNA FRESCA.

In tutto il servizio,
nelle foto piccole,
piatti e pentole
Tescoma. Indirizzi a
pagina 122



NEL PROSSIMO
NUMERO: LE SALSE VERDI



nel numero di aprile

PASTA FRESCA

Delicati inserti di erbe o fiori eduli, ingredienti insoliti per colorare le tagliatelle, combinazioni creative tra prodotti di stagione: ecco come portare in tavola primi piatti davvero speciali.

AGNELLO DI PASQUA

Ricette del Centro Italia o di Sardegna? Un ghiotto confronto tra sapori e culture.

PASQUETTA

Preparazioni, storie e consuetudini di una ricorrenza agreste e spensierata.

BONTÀ DI PRIMAVERA

Tempo di asparagi, salse verdi, uova, torte salate e tanto altro.

in edicola dal 23 marzo

sale&pepe

Stile Italia Edizioni

Marzo 2021

DIRETTORE EDITORIALE

Maurizio Belpietro

DIRETTORE RESPONSABILE

Laura Maragliano - laura.maragliano@stileitaliaedizioni.it

REDAZIONE

Livia Fagetti CAPOREDATTORE - livia.fagetti@stileitaliaedizioni.it
Enza Dalessandri CAPOREDATTORE - enza.dalessandri@stileitaliaedizioni.it
Barbara Galli CAPOREDATTORE - barbara.galli@stileitaliaedizioni.it
Silvano Vavassori CAPOREDATTORE - silvano.vavassori@stileitaliaedizioni.it
Cristiana Cassé CAPOSERVIZIO - cristiana.casse@stileitaliaedizioni.it
Alessandro Gnocchi CAPOSERVIZIO - alessandro.gnocchi@stileitaliaedizioni.it
Monica Pilotto VICECAPOSERVIZIO - monica.pilotto@stileitaliaedizioni.it
Silvia Bombelli - silvia.bombelli@stileitaliaedizioni.it
Daniela Falsitta - daniela.falsitta@stileitaliaedizioni.it
Susanna Meregalli - susanna.meregalli@stileitaliaedizioni.it
Silvia Tatzzi - silvia.tatzzi@stileitaliaedizioni.it
Silvia Viganò - silvia.vigano@stileitaliaedizioni.it
Patrizia Zanette - patrizia.zanette@stileitaliaedizioni.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Cinzia Campi RESPONSABILE - cinzia.campi@stileitaliaedizioni.it
Paolo Riosa RICERCA FOTOGRAFICA - paolo.riosa@stileitaliaedizioni.it

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO Stefania Aledi, Alkémia, Carlo Catani, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Emanuela De Santis, Ernesto Fagiani, Gian Marco Folcolini, Stefania Giorgi, Riccardo Lagorio, Veronica Leali, Martina Liverani, Maurizio Lodi, Paola Mancuso, Francesca Moscheni, Antonella Pavanello, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Felice Scoccimarro, Laura Spinelli, Luciana Squadrilli, Sunray Photo, Giovanna Ruò Berchera, Table Top, Michele Tabozzi

SOCIETÀ EDITRICE: Stile Italia Edizioni Srl

- Via Vittor Pisani, 28, 20124 - Milano (MI)
 Amministratore Delegato: Piergiorgio Bonometti
 Registrazione del Tribunale di Milano
 - Numero 464 del 8/9/1986

PUBBLICITÀ: O.P.Q. srl
 20124 MILANO - Via G.B. Pirelli 30
 Telefono 02/66992511 email: info@opq.it

DISTRIBUZIONE: Press-Di srl - Via Mondadori, 1
 - 20090 Segrate (MI) fax 045.8884378

STAMPA: Puntoweb srl - Via Variante di Cancelleria snc -
 00040 Ariccia (Roma)

REDAZIONE: Via Vittor Pisani, 28 - 20124 Milano

Abbonamenti

Gentile abbonato, desideriamo informarti che dal giorno 1 gennaio 2020 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. ha ceduto il proprio ramo d'azienda relativo all'area periodici alla società Stile Italia Edizioni srl. Per effetto di tale cessione, Stile Italia Edizioni srl. è subentrata nei rapporti contrattuali relativi al tuo abbonamento precedentemente instaurati tra te ed Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. Di conseguenza, i dati personali raccolti da Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. nell'ambito dell'instaurazione o in esecuzione del rapporto contrattuale di abbonamento, sono stati comunicati a Stile Italia Edizioni srl, che ne è divenuta titolare del trattamento ai sensi dell'articolo 4 n. 7 del Regolamento UE n. 679/2016 (General Data Protection Regulation - "GDPR"). Trattandosi di una cessione di ramo d'azienda i tuoi dati personali continueranno ad essere trattati secondo le politiche di gestione e trattamento di dati personali adottate in precedenza, in particolare, da Stile Italia Edizioni srl, che tratterà i tuoi dati personali per le stesse finalità e con le stesse modalità per le quali sono stati raccolti in fase di instaurazione del rapporto contrattuale con Arnoldo Mondadori Editore S.p.A., nel pieno rispetto dei principi in materia di protezione dei dati personali previsti dal GDPR e di qualsiasi altra normativa applicabile. Ti invitiamo a consultare l'informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'articolo 14 del GDPR che, conformemente all'articolo 14 paragrafo 5 lettera b) del GDPR, è resa disponibile al link www.stileitaliaedizioni.it/privacy-policy



Accertamento Diffusione
 Stampa - Certificato
 n. 8677 del 25 maggio 2020

indirizzi

MARZO 2021

• 100fa,
100fa.it

• ANTHROPOLOGIE,
anthropologie.com

• ASA SELECTION, distr. da
Merito
merito.it - asa-selection.com

• BARAZZONI,
barazzoni.it

• BROSTE COPENHAGEN,
brostecopenhagen.com

• CASA,
casashops.com/it

• CATERINA VON WEISS,
caterinavonweiss.eu

• DE BUYER,
debuyer.com

• FISKARS,
fiskars.it

• FRANCESCA REITANO,
francescareitano.com

• HABITAT,
habitatitalia.it

• ILSA,
ilsa-italy.it

• KASANOVA
kasanova.com

• KITCHENIQ, distr. da
Schoenhuber,
schoenhuber.it

• KNINDUSTRIE
knindustrie.it

• LARINASCENTE
rinascete.it

• LAGOSTINA
lagostina.it

• LE STAGIONI D'ITALIA
lestagioniditalia.it

• LUCA PEDONE CLAYLAB
claylab.it

• MAISONS DU MONDE
maisonsdumonde.com

• MANCUSODESIGNLAB
mancusodesignlab.com

• MAXWELL & WILLIAM, distr.
da Livellara
livellara.com

• MEPPA
meppa.it

• MICROPLANE
microplaneintl.com

• PADERNO
paderno.com

• PEDRINI
pedrini.com

• RISANI MARMI
risanimarmi.it

• ROYAL DOULTON, distr. da
Maino Carlo
mainocarlo.it

• SOAP STUDIO
soapstudio.it

• SOCIETY LIMONTA
societylimonta.com

• STANZANUMEROTRE
stanzanumerotre.com

• TESCOMA
tescomanline.com

• TRIANGLE, Distr. da
Schoenhuber
schoenhuber.it

• VIRGINIA CASA
virginiacasa.it

• ZARA HOME
zarahome.com

• ZASSENHAUS, distr. da
Schoenhuber
schoenhuber.it



in **BENVENUTI**
Cucina
con



*Vuoi cucinare
meraviglie con
le nostre basi?*

SCARICA GRATIS
il nuovo ricettario!

www.stuffer.it



La ricetta è stata ideata e creata dalla Foodblogger Aurora Mottes - www.getBready.net

LE TUE VITAMINE E PROTEINE VEGETALI

Wonderful®

PISTACHIOS



Wonderful
pistachios & almonds™

*Le proteine contribuiscono
a una crescita della massa muscolare

Consuma i pistacchi Wonderful® all'interno di una dieta equilibrata e uno stile di vita sano. 100 g dei nostri pistacchi contengono: Proteine 21 g / Magnesio 109 mg / Vitamina B6: 1,1 mg / Vitamina B1 (Tiamina): 0,7 mg. Fonte: USDA National Nutrient Database for Standard Reference, Release 28 (2016).
Le proteine contribuiscono a una crescita della massa muscolare © 2021 Wonderful Pistachios & Almonds LLC. All Rights Reserved. WONDERFUL and accompanying logos are trademarks of Wonderful Pistachios & Almonds LLC or its affiliates.